POLECAMY FILMOWE HITY NA ŚWIĘTA

NR 16 15.04.2019 CENA 1,49 ZŁ w tym 8% VAT

Kurier TV

INDEX 374229

PROGRAM TV 19.04-25.04.2019

Zdradzamy emocjonujące wątki!

seriale

Na dobre i na złe
Matylda trafi pod opiekę Michała. Na początku nie będzie łatwo...

M jak Miłość
Żak znów się oświadcza! Co odpowie Kisielowa?

NOWE KRZYŻÓWKI DO WYGRANIA 6700 zł

BARBARA KURDEJ-SZATAN

DANCE DANCE DANCE ODLICZANIE DO FINAŁU!

Okrasa łamie przepisy

Ewa gotuje

NAJLEPSZA ROZRYWKA NA CAŁE ŚWIĘTA

Sanatorium miłości

Wielkanoc z Dwójką

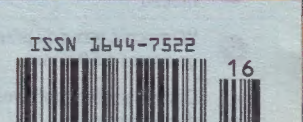
Jaka to melodia?

Wielka Moc – koncert

Benefis Włodzimierza Szaranowicza

KUCHNIA Najlepsze dania na świąteczny stół

ISSN 1644-7522



REKLAMA

Żelazne erekcje w każdym wieku!

POKONAJ SCHORZENIA PROSTATY

Nowy preparat wzmacnia potencję w 24 h

Wypróbuj innowacyjną kurację i odzyskaj żelazne erekcje, jak 164 900 Polaków

Zmniejsza przerost prostaty, wzmacnia wzwód i uwalnia od dysfunkcji penisa już od 1. zastosowania. Prawie 165 tysięcy mężczyzn w Polsce potwierdza skuteczność kuracji, która szybko i dyskretnie przynosi ulgę w męskich dolegliwościach i przywraca seksualny potencjał nawet sprzed 15 lat.

To może być jedna z najbardziej przełomowych informacji, jaką przeczytają dziś panowie w całej Polsce. Schorzenia prostaty, które pogarszają komfort codziennego funkcjonowania i obniżają jakość życia seksualnego mężczyzn w każdym wieku, da się wyeliminować w 14 dni - bez żadnych krępujących wizyt u lekarza. Naukowcy z Filadelfii opatentowali formułę, która zmniejsza przerost gruczołu krokowego już od 1. zastosowania, przywracając komfort korzystania z WC, silne wzwody i pełną kontrolę nad męskością. Jak to możliwe?

3x WIĘCEJ SEKSUALNEJ MOCY – od zaraz!

Nowy preparat likwiduje przerost stercza już na poziomie komórkowym - przywracając prawidłową masę tkanki prostaty, zmniejsza ucisk na cewkę moczową, błyskawicznie uwalniając od problemów z oddawaniem moczu i poprawiając funkcje seksualne. Już 1 dawka podnosi poziom testosteronu we krwi nawet o 65% i intensyfikuje proces spermatogenezy – to dlatego pierwsze efekty kuracji widoczne są zaledwie po 14 dniach.

Prof. David Ledford, urolog

Rozpraw się z prostatą

Specjaliści przyznają, że nowatorski preparat jest obecnie najskuteczniejszą metodą zmniejszania przerośniętej prostaty, niewymagającą ingerencji chirurgicznej, ani konsultacji z urologiem. Regularnie stosując nowe kapsułki można:

- Powstrzymać częstomocz i nocne mikcje
- Przywrócić silny strumień moczu
- Wzmocnić wzwód i przedłużyć go nawet o 60 minut
- Odzyskać stałą gotowość do stosunku

Turbodoładowanie męskości

Nowy preparat pomógł mi rozprawić się z przerostem stercza zaledwie w 14 dni! Skończyły się trudności z oddawaniem moczu, dyskomfort, a w sypialni znów jest ogień – szczerze mówiąc, tak silnych wzwodów nie miałem od lat. Polecam!

Wojciech, 47 lat, Lublin

Zwalczył problemy z prostatą w 14 dni

Jak to działa?

Fenomen nowego preparatu polega na tym, że składniki aktywne hamują rozrost komórek gruczołowych prostaty, dzięki czemu eliminują ucisk na drogi moczowe i zmniejszają rozrośniętą prostatę nawet o 75%. Kuracja podnosi także poziom testosteronu we krwi, a do tego zwiększa chłonność ciał jamistych penisa aż o połowę. Efekty kuracji kumulują się z każdym dniem, dlatego większość mężczyzn już po kilku zastosowaniach zauważa wyraźny wzrost libido i wzmocnienie erekcji, przestaje odczuwać ciągłe parcie na pęcherz, odzyskuje silny strumień moczu i pełen komfort korzystania z toalety. **Aż 98% panów deklaruje, że zaburzenia funkcji penisa ustępują już w ciągu pierwszych 14 dni.**

Prostata jak nowa w 14 dni

Ból, nocne wstawanie do toalety i niemal całkowity zanik życia seksualnego... Wstydziłem się pójść do lekarza, ale musiałem coś z tym zrobić – nowy preparat okazał się idealnym rozwiązaniem! Po kuracji nie mam trudności z osiągnięciem wzwodu (nawet kilka razy z rzędu!), skończyło się popuszczanie moczu i częste bieganie do WC. Wszystko wróciło do normy, a ja znów czuję się 100% mężczyzną.

Zbigniew, 56 lat, Zielona Góra

Męskość, która nigdy nie zawodzi

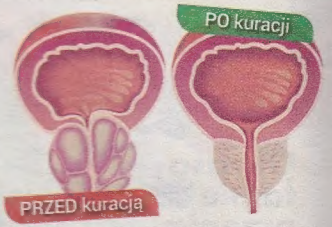
Fakt, że preparat eliminuje problem przerośniętej prostaty u mężczyzn w każdym wieku i w każdym stopniu rozrostu komórek gruczołowych oznacza, że nikt nie jest skazany na pogorszenie funkcjonowania układu płciowego, a udane życie erotyczne wcale nie musi kończyć się po 40-tce. Mężczyźni po kuracji zgodnie przyznają, że preparat szybko i dyskretnie uwalnia od dyskomfortu związanego z przerostem stercza i wyraźnie poprawia potencję, a utrudniony i spowolniony wypływ moczu, częstomocz, nocne wizyty w toalecie, osłabienie wzwodu, czy ciągłe parcie na pęcherz stają się tylko niemiłym wspomnieniem.

Męski sposób na prostatę

Odkąd stosuję kurację, skończyło się ciągłe parcie na pęcherz (a potem oddawanie zaledwie kilku kropel) i problemy z erekcją. Wystarczyła 1 dawka dziennie i wszystko działa jak należy. Znów bez problemu przesypiam całą noc, wizyty w toalecie są szybkie i bezbolesne, a co najważniejsze – mimo 60-tki na karku nie mam żadnych trudności z osiągnięciem wzwodu i możemy kochać się z żoną zawsze, gdy najdzie nas ochota.

Edward, 64 lata, Bydgoszcz

Preparat przywraca prawidłową masę tkanki prostaty i likwiduje ucisk na cewkę moczową, uwalniając od problemów ze wzwodem.



Regularnie - rpkmprojekt.com

5 GWARANTOWANYCH KORZYŚCI

INNOWACYJNY PREPARAT:

- Zmniejsza przerost prostaty
- Likwiduje ból i dyskomfort podczas oddawania moczu
- Podnosi poziom testosteronu
- Wzmacnia wzwód i zapewnia stałą gotowość do stosunku
- Przywraca silny strumień moczu i hamuje częstomocz

Nie zwlekaj – skorzystaj z kuracji!

Już 164 900 mężczyzn skorzystało z kuracji, dzięki czemu naturalnie złagodzili dolegliwości związane z przerostem stercza i na nowo cieszą się udanym życiem seksualnym. Dołącz do nich i Ty!

OFERTA LIMITOWANA

Pierwsze 150 osób, które zadzwoni do 29.04.2019 r. otrzyma kurację za jedyne 85 zł zamiast ~~329~~ zł. Oszczędzasz aż 244 zł!

ZADZWOŃ: 17 250 81 06

REKLAMOWANE W TV

Przesyłka GRATIS!

pon. - pt. 08:00 - 20:00, sob. - nd. 09:00 - 20:00.
Zwykłe połączenie lokalne bez dodatkowych opłat.

Żegnam was, już wiem...

Kto pamięta serial 39 I PÓŁ? Przygody rockmana, który młodzieńczy wiek ma już za sobą, doczekają się dalszego ciągu. Tylko że może już nie być tak zabawnie, jak kiedyś.

Czy Darek pozałatwia wszystkie swoje sprawy, zanim zabraknie mu czasu? Pytanie raczej powinno brzmieć: z jakim efektem?

Po czterdziestce człowiek ma trochę z osła, trochę z lwa – śpiewali przed laty Krzysztof Krawczyk i Bohdan Smoleń. Darek Jankowski, bohater serialu „39 i pół", w którego brawurowo wcielił się Tomasz Karolak, mógłby się podpisać pod tą opinią. **Dorosły facet o duszy chłopca musiał wykonać ogromną pracę nad sobą, by zrozumieć, że życie nie składa się wyłącznie z imprez i koncertów rockowych.** Trzeba jeszcze wziąć odpowiedzialność za siebie i najbliższych, zwłaszcza gdy jest się mężem i ojcem.

Oldboy w skórzanej kurtce zadebiutował w telewizji 11 lat temu. Powstały trzy sezony jego przygód. Niedługo zaś zobaczymy ciąg dalszy. Pierwotnie mówiło się, że produkcja będzie nosić nowy tytuł „50 i co?" (czas przecież nie stoi w miejscu, nie można udawać, że Darek nadal dobiega czterdziestki). Ostatecznie jednak **serial nazywać się ma „39 i pół tygodnia".** Skąd taka wolta? Jankowski dowiaduje się, że jest nieuleczalnie chory i pozostało mu na tym świecie właśnie tyle czasu...

Oprócz Darii Widawskiej, Mariny Łuczenko-Szczęsnej i innych aktorów znanych z dawnych odsłon serii zobaczymy też nowe twarze, m.in. Łukasza Konopkę i Piotra Roguckiego. Premiera planowana jest na jesień. **KLC**

W nowych odcinkach powrócą m.in. Magdalena Lamparska i Alan Andersz jako synowa i syn Darka.

Pomysł Katarzyny Bosackiej wspierają już m.in. Dorota Wellman, Robert Makłowicz i Karol Okrasa.

Menu Wolności
4 CZERWCA 2019

Gotujcie się na 4 czerwca!

Katarzyna Bosacka wymyśliła ogólnopolską akcję społeczną „Menu Wolności". Dziennikarka chce rozpropagować ideę wspólnego, radosnego i biesiadnego świętowania rocznicy wyborów 4 czerwca 1989 roku. Zachęca więc wszystkich, nie tylko szefów kuchni, by przysyłali swoje pomysły na kulinarne wydarzenia wspierające jej pomysł.

– Jeśli macie ochotę w Białymstoku usmażyć jajecznicę z 1989 jaj i rozdać ją mieszkańcom jako śniadanie wolności, zgłaszajcie się do nas! – namawia. **Szczegóły dostępne są na stronie: www.menuwolnosci.pl.** **MP**

W serialu „Król", oprócz Michała Żurawskiego w głównej roli, zobaczymy m.in. Magdalenę Boczarską.

Wyjście na ring

Przed Michałem Żurawskim ciężkie starcie – i to zapewne niejedno! **Aktor na planie nowego serialu wciela się w przedwojennego warszawskiego boksera, który pięściami wytycza sobie drogę do sławy. Z czasem zaś odkrywa, że droga zbrodni przynosi większe korzyści – i poważanie w mieście! – niż zwyczajna kariera sportowa.** Produkcja nosi tytuł „Król" i inspirowana jest powieścią Szczepana Twardocha. Zdjęcia rozpoczęły się w kwietniu i mają potrwać do września. Jak dotąd mowa jest tylko o pierwszym sezonie, ale skoro książkowy „Król" doczekał się już kontynuacji, to może z serialem będzie podobnie? **KLC**

Fot. Okładka: - Waldemar Kompała/TVP (2), Artrama, M1L Moafilm, AKPA (2), POLSAT, TVP, Forum, East News, 123 RF (5), fot. środek: TVN (2), East News (3), menuwolnosci.pl, 123 RF (4).

Mam powody do uśmiechu

Przed nami ostatni odcinek „Dance Dance Dance". BARBARA KURDEJ-SZATAN opowiada nam, dlaczego jako prowadząca nie może mieć faworytów. I czy odkąd poznała kulisy programu, nadal miałaby odwagę wystąpić w nim razem z mężem. Zapytaliśmy też, jak aktorka spędzi Wielkanoc.

Jest Pani piosenkarką. A jak jest u Pani z tańcem?

Bardzo lubię tańczyć. Od 10 lat gram w musicalach. Choć zawodową tancerką nie jestem. Podstawy zdobyłam w szkole teatralnej i szlifuję je podczas prób, gdy uczę się konkretnych choreografii.

Od jakiegoś czasu gra Pani Roxie Hart w „Chicago"...

To już półtora roku! Na scenie śpiewam i tańczę jednocześnie. To duże wyzwanie, wręcz forsowne. Muszę mieć bardzo dobrą kondycję, żeby temu podołać. Było ciężko, ale wytrenowałam to i dałam radę. Tak że zapraszam do krakowskiego Teatru Variété!

Rozmawiamy o tańcu na scenie. Prywatnie też lubi Pani tańczyć?

Uwielbiam! Podczas studiów zdarzało się, że razem z przyjaciółką szłyśmy do klubu na godzinę tylko po to, by się właśnie wytańczyć i wyszaleć.

Czuje się Pani na siłach oceniać poziom występów uczestników „Dance Dance Dance"?

Nie znam figur obowiązujących w poszczególnych tańcach. Nie umiałabym powiedzieć, czy np. w tangu tancerz odpowiednio stawia stopy, czy nie. Kompletnie się na tym nie znam. Mogę za to ocenić występ pod względem umiejętności aktorskich, czy nie zabrakło podczas niego emocji. Tancerz wyraża przecież emocje nie tylko za pomocą ruchu. Widać je także na jego twarzy, w mimice.

Za kogo mocno trzymała Pani kciuki w show Dwójki?

Trafiła nam się grupa zapaleńców – fajnych, zaangażowanych młodych ludzi. Za wszystkich trzymałam kciuki tak samo. Jestem prowadzącą, nie mogę mieć faworytów. Ale na pewno umiałam ocenić, kto jest najlepszy. I uważam, że do finału dostały się dwie najlepsze pary, czyli Wiktoria Gąsiewska i Adam Zdrójkowski oraz Patricia i Victoria Kazadi.

A gdy Pani ich oglądała, przyszedł Pani do głowy jakiś teledysk, który chciałaby Pani zatańczyć, choćby tylko dla siebie?

Już kiedy byłam mała, uwielbiałam musicale. Niemal codziennie oglądałam „Grease". I właśnie w jednym z odcinków Wiktoria i Adaś wykonywali choreografię do utworu „You're the one that I want". Przyznam, że jako dziecko też o tym marzyłam. I to jest właśnie fajne w tym programie.

To znaczy?

Że uczestnicy mogą w nim spełnić swoje małe marzenia. Co chwila się wzruszam. Im bliżej finału, tym bardziej. Wszyscy wkładają tyle pracy, zaangażowania i serca w każdy swój występ. Jestem tylko prowadzącą. Nie towarzyszę im podczas treningów. Moja rola polega jedynie na zapowiadaniu ich występów. Mimo to przeżywam wszystko razem z nimi. Odczuwam towarzyszący im stres.

Nadal miałaby Pani odwagę znaleźć się po drugiej stronie?

Nie jest tajemnicą, że mieliśmy razem z mężem tańczyć w tej edycji. Ze względu na kontuzję Rafała musieliśmy jednak zrezygnować. Szkoda, bo oboje bardzo tego chcieliśmy. Jestem pewna, że byłaby to dla nas wspaniała przygoda.

Czyli przysłowiowe „krew, pot i łzy" uczestników nie zniechęciły Pani?

Wręcz przeciwnie! Jeśli powstanie kolejna edycja, zdrowie dopisze i uda się zgrać terminy zawodowe, chętnie wystąpimy z mężem. Prowadzącą stałam się trochę przez przypadek. Oczywiście bardzo to polubiłam, wręcz pokochałam i się w tym odnalazłam. Robię to więc z przyjemnością, bo uwielbiam tę adrenalinę podczas programów na żywo. Ale tak naprawdę spełniam się całkowicie, gdy występuję na scenie albo przed kamerą. Mam artystyczną duszę. Od dziecka szkoliłam się w tym kierunku – szkoła muzyczna, chóry itd.

Kogo chciałaby Pani jeszcze zobaczyć na scenie „Dance Dance Dance", jeśli powstanie kolejna edycja?

Nie zastanawiałam się nad tym. Nikt teraz nie przychodzi mi do głowy. Akurat w tej edycji pojawili się młodzi ludzie. Ciekawa jestem, jak nieco starsze osoby poradziłyby sobie w naszym programie. Myślę że udział w „Dance..." to też wspaniała pamiątka. Z pewnością miło będzie po latach zobaczyć odcinki ze swoim udziałem.

Można powiedzieć, że zdobyła już Pani specjalizację z bycia prowadzącą. Obecność Tomasza Kammela dodaje otuchy?

Oczywiście, Tomek jest wspaniały. Bardzo mnie wspiera. Doradzi, pocieszy dobrym słowem. Świetnie nam się współpracuje i jestem mu bardzo wdzięczna za to wszystko i za całą pomoc.

Co jest najtrudniejsze w roli gospodarza programu?

Jesteśmy po to, żeby wspierać uczestników. I tak z nimi rozmawiać, żeby ich nie zdemotywować. A wręcz przeciwnie – nakręcić przed wejściem na scenę. Zadać takie pytania, żeby wyciągnąć z nich jak najwięcej ciekawych rzeczy, żeby mogli zaprezentować się z jak najlepszej strony. To jest program o uczestnikach, oni są jego bohaterami. My jesteśmy tylko łącznikiem pomiędzy nimi, publicznością a jurorami. Musimy znać swoje miejsce w szeregu.

Aktorka męża, Rafała poznała w Teatrze Muzycznym w Gliwicach podczas prób do spektaklu „Hair". Zaręczyli się po 5 miesiącach związku – w górach, na stoku narciarskim. Mają córkę, Hanię.

Fot. Waldemar Kompała/TVP, TVP (2), East News, AKPA (5), 123RF (5).

W nadchodzącą niedzielę to widzowie w głosowaniu esemesowym zdecydują, kto z finalistów zasłużył na wygraną. Zwycięzcy przekażą 100 tys. zł na wybrany przez siebie cel charytatywny.

FINAŁ

Maria z serialu „W rytmie serca" jest inna od Asi z „M jak Miłość". Która z nich charakterem bardziej przypomina Panią?

Chyba żadna z nich, choć oczywiście każdej daję coś od siebie. Maria niedawno wpadła w nałóg. Przyznam, że czytając scenariusz, byłam zaskoczona. Prywatnie nie pojmuję takiego zachowania, ale jako aktorka staram się zrozumieć moją postać i grać tak, żeby ją obronić. Rozmawiałam ostatnio z moją mamą, która powiedziała, że Maria zaczyna ją denerwować – nie dość, że uzależniła się od leków, to jeszcze tak źle traktuje Adama. Odpowiedziałam, że kobiety po takiej traumie często same nie wiedzą, dlaczego tak się zachowują. Poza tym często jest tak, że ludzie wyżywają się na bliskich. Obce osoby nagle stają się dla nich przyjaciółmi, bo nie łączą ich wspólne problemy. W domu zaś zaczynają zrzucać winę na najbliższą osobę. Tak też dzieje się w przypadku Marii. Obwinia Adama, żeby poradzić sobie z traumatycznymi przeżyciami.

Chciałaby Pani zagrać zołzę?

Bardzo lubię je grać, ale taką możliwość najczęściej mam na scenie. Choć zdarzyło mi się i przed kamerą. W serialu internetowym „Wmiksowani", w którym wcielałam się w przebiegłą szefową restauracji. My, aktorzy, zawsze jednak musimy bronić nasze postaci, żeby były wiarygodne.

Jak spędzi Pani tegoroczną Wielkanoc?

Oczywiście rodzinnie. Już nie mogę się doczekać, bo rzadko widujemy się wszyscy razem. Niewiele jest takich dni w roku. Dlatego dla mnie to bardzo cenny czas. Zawsze się na niego cieszę, ponieważ wracam też wtedy wspomnieniami do dzieciństwa. Ponadto lubię powtarzalność świątecznych smaków.

Jakie są tradycje wielkanocne w Pani domu?

Tylko w Wielkanoc robię prostą potrawę – jajko i odrobina majonezu, musztardy i chrzanu. Rozdrabniam widelcem składniki i… jest przepysznie. Nazywamy to paciają. W tym roku dzieci żądają, a właściwie już umówiły się z babciami, że mamy im pochować w trawie jajka. Rozpoczniemy więc nową tradycję.

Jak wspomina Pani Wielkanoc, gdy była małą dziewczynką?

Rodzinnie, gwarnie, ciepło. Razem z przyjaciółkami zawsze chodziłyśmy ze święconką do kościoła. To była tradycja. Nawet jeszcze parę lat temu, dopóki rodzice mieszkali w Opolu, podtrzymywałyśmy ją.

Pielęgnuje Pani przyjaźnie?

Tak, cały czas mamy ze sobą kontakt. To są wieloletnie przyjaźnie. Niektóre trwają od przedszkola. Czasami słyszę: „Jak ty to robisz? Tak dużo dzieje się w twoim życiu, tyle masz obowiązków, a mimo to zawsze jesteś uśmiechnięta?!". A ja jestem uśmiechnięta, bo po prostu lubię ludzi.

Rozm. Małgorzata Pokrycka

ND Dance Dance Dance
● 20.55 ● TVP 2

WIELKANOC GWIAZD

MAGDA GESSLER

Zanim zabierze się za świąteczne gotowanie, sprząta cały dom. Potem przygotowuje m.in. pieczoną szynkę, prosiaka i faszerowanego kurczaka. I oczywiście deser. – Symbolem tych świąt jest dla mnie baba wielkanocna. Baba drożdżowa i mazurek – mówi.

ELŻBIETA ROMANOWSKA

Aktorka twierdzi stanowczo, że dieta w święta nie obowiązuje. Na jej stole nie może zabraknąć schabu nadziewanego śliwkami, sałatki jarzynowej czy żurku z białą kiełbaską. Będą też własnoręcznie pieczone baby i kupny mazurek. To czas celebrowany z rodziną, w Szczecinie. Tam robią pisanki i święcą święconkę.

BARBARA BURSZTYNOWICZ

– Co roku przystępuję do wielkanocnej spowiedzi. Myślę, że od czasu do czasu trzeba zrobić rachunek sumienia i porozmawiać z Panem Bogiem sam na sam – wyznała w jednym z wywiadów. Wielkanoc spędza najczęściej z rodziną w letnim domku pod Warszawą, gdzie odpoczywa od miejskiego zgiełku na łonie budzącej się do życia przyrody.

MIKOŁAJ ROZNERSKI

– Moją ulubioną potrawą, którą zresztą sam potrafię przygotować, jest pieczona biała kiełbasa z czosnkiem – chwali się aktor. Przyznaje też, że chce, by jego syn Antek również potrafił docenić te święta i znał ważne zwyczaje z nimi związane. – Dla każdego katolika to najważniejsze święto kościelne, a że obaj jesteśmy katolikami, chcę, aby wiedział jak najwięcej – mówi.

TERESA LIPOWSKA

Nie wyobraża sobie świąt spędzonych inaczej niż z rodziną. – W sobotę będziemy święcić jajka, chlebek i kiełbaski, odwiedzimy też groby naszych bliskich, zostawimy im palemkę. Niedzielę spędzę u dzieci na świątecznym śniadaniu – mówi. Dodaje, że przez 50 lat to ona urządzała święta, teraz, kiedy została sama, gości u innych.

ARTUR BARCIŚ

– Święta są czasem wyhamowania, wyciszenia, jestem wtedy z rodziną przy jajeczku i jest cudownie. Uwielbiam pitrasić, więc to kolejny powód, dla którego lubię święta – opowiada aktor. Stara się wtedy tak układać swoje zajęcia teatralne, by mieć akurat te dni wolne.

NA DOBRE I NA ZŁE

Walka o życie Molendy trwa

Marcin otarł się o śmierć, ale koledzy z Leśnej Góry dokonali cudu. Niestety, stan lekarza, który przeszedł operację, znów się pogorszy. Po tym, gdy Molenda dowie się, że Julka planuje poślubić Artura.

Mało brakowało, żeby cię nie było… Rozumiesz? Byłeś w głębokiej hipotermii, miałeś pękniętą śledzionę, krwotok… – Julka (Aleksandra Hamkało) nie zdoła ukryć, jak bardzo drżała o życie Molendy (Filip Bobek). – **Po co? Po cholerę mnie ratowałaś?!** – anestezjolog, który popełnił ostatnio mnóstwo błędów, będzie rozgoryczony i zły. – Mam coraz mniej powodów, żeby cię wspierać, nie przeciągaj więc struny. Nie masz nikogo, a jeszcze jedno słowo i nie będziesz miał nawet mnie! – usłyszy w odpowiedzi od zaskoczonej jego reakcją Burskiej.

Zniknij na zawsze!

Kolejną osobą, która zaatakuję Julkę, będzie Wera (Magdalena Celmer). Kobieta uzna, że lekarka ponosi odpowiedzialność za to, co spotkało Marcina. – Dlaczego nie mówisz mu o ślubie? – zapyta. Burska oznajmi, że to jej prywatne sprawy, ale Wera nie da za wygraną. – Jak będzie wiedział, na czym stoi, nie będzie się mieszał. Na tyle go znam – stwierdzi, sugerując, że Marcin wciąż nie może o Julce zapomnieć. Bart (Piotr Głowacki) dojdzie do podobnych wniosków. Dlatego postanowi interweniować. – Słuchaj, Marcin, zniknij z naszego życia. Raz na zawsze. Po prostu daj nam żyć! – oznajmi rywalowi podczas badania.

Cena prawdy?

Słowa Artura odniosą przeciwny skutek od zamierzonego. Molenda przy pierwszej możliwej okazji poprosi bowiem Werę, by przyprowadziła do niego Julkę. Kobieta stanowczo odmówi. I postanowi poinformować Marcina o planach na przyszłość Burskiej i Barta.

– Daj sobie spokój. Oni biorą ślub. Kłamka zapadła. Koniec kropka – wyzna bez owijania w bawełnę. – Niech przyjdzie… Powiedz jej… – lekarz, choć osłabiony po wielogodzinnej operacji, nadal będzie żądał spotkania z Julką w cztery oczy. – Nie, nie powiem! Naprawdę nie wiem, czym Artur sobie zasłużył na to, co mu fundujecie – Wera, która skrycie podkochuje się w neurochirurgu, straci nad sobą panowanie. – Tym, że jest inny, delikatniejszy, mądrzejszy? Że to wszystko zniósł? Sam! Że kocha ją bezinteresownie? – doda. Wycieńczony z emocji Molenda zdoła jeszcze tylko zapytać, kiedy Burska i Bart planują ślub. – Szybko. Bardzo. Więc szybko o niej zapomnij – rzuci Wera. Chwilę później stan lekarza dramatycznie się pogorszy. – Duszno mi… – wykrztusi ostatkiem sił Marcin i straci przytomność. Znów rozpocznie się walka o jego życie.

Matylda świetnie dogaduje się z Michałem. Choć jego podejście do wielu spraw diametralnie różni się od podejścia Falkowicza, który od dawna ma wpływ na wychowanie dziewczynki.

Hania (Marta Żmuda Trzebiatowska) i Michał razem z innymi specjalistami będą operowali pacjenta, który odciął sobie rękę piłą.

Nie od dziś wiadomo, że Werze zależy na Barcie. Jednak zrobi wszystko, by Molenda przestał rywalizować z nim o Julkę.

Burska uznała noc spędzoną z Marcinem za błąd. Artur nie jest jednak pewien, czy to rzeczywiście prawda.

Mówię, co myślę

Natomiast Michała (Mateusz Janicki) czeka wyzwanie na miarę skomplikowanej operacji. Tylko że w domowym zaciszu. Po raz pierwszy bowiem Matylda (Amelia Czaja) zostanie pod jego opieką na noc. – Masz wi-fi? – zapyta tuż po przyjściu córka. – Miałem nadzieję, że spędzimy ten wieczór razem. Wypożyczyłem kilka fajnych filmów – przyzna nieco rozczarowany Wilczewski. Intuicja podpowie mu jednak, że coś jest nie tak. – Nie masz Internetu w telefonie? – zacznie więc dociekać. Po kilku minutach wreszcie wyjdzie szydło z worka. Przyciśnięta do ściany Matylda przyzna, że została odcięta od wirtualnego świata, ponieważ obraziła nauczycielkę i Kasia (Ilona Ostrowska) wyznaczyła jej karę. – **Powiedziałam tylko, co o niej myślę. Dyrektorowi zresztą też. Bo są głupi i niedouczeni, dlatego! Tata zgodził się z moją opinią!** – mała zacznie się bronić, powołując się na autorytet Falkowicza (Michał Żebrowski). Michał zasugeruje córce, że w życiu trzeba czasami zdobyć się na uprzejmość. Ale czy to możliwe w przypadku dziewczynki wychowywanej przez pewnego siebie i nieznoszącego sprzeciwu Andrzeja?

Małgorzata Pokrycka

ŚR Na dobre i na złe
● 20.55 ● TVP 2

Fot. ©Artrama (4), MTL MaxFilm (3).

Kisielowa wreszcie przyjmie pierścionek zaręczynowy od Żaka. Czy jednak tego nie pożałuje?

M JAK MIŁOŚĆ

Zostaną małżeństwem!

W Grabinie rozpoczną się przygotowania do sylwestra. W siedlisku noworoczny toast postanowią wznieść nie tylko wczasowicze, ale i Agata, Maria oraz Artur (Katarzyna Kwiatkowska, Małgorzata Pieńkowska, Robert Moskwa). W związku z tym Ula i Marzenka (Iga Krefft, Olga Szomańska) będą uwijały się niczym w ukropie. Sprawy się skomplikują, bo Lisiecka otrzyma informację, że w klinice zwolniło się miejsce. I może natychmiast przejść zabieg, dzięki któremu zwiększą się jej szanse na zajście w ciążę. Obowiązki Marzenki przejmie więc Barbara (Teresa Lipowska). To właśnie ona na prośbę wnuczki zostanie gospodynią wieczoru.

Zaproszenie otrzymają też Zosia i Robert (Małgorzata Rożniatowska, Krzysztof Tyniec), ale dojdzie między nimi do sprzeczki. W akcie zemsty Kisielowa będzie nawet próbowała namówić innego mężczyznę, by towarzyszył jej podczas sylwestra. Barbarze uda się załagodzić sytuację i seniorzy się pogodzą. A podczas imprezy Żak po raz kolejny poprosi ukochaną o rękę! **– Robię to znowu, bo jak ustaliliśmy poprzednim razem: nadzieja umiera ostatnia…** I jeśli trzeba, to będę to robił do końca świata! Zosiu, wyjdziesz za mnie? – zapyta. I tym razem usłyszy: „Tak!".

Tymczasem Ulę odwiedzi ojciec (Michał Breitenwald) i zażąda pieniędzy. Gdy córka odmówi, zacznie jej grozić. Dziewczyna nie będzie więc miała ochoty na świętowanie ostatniego dnia roku. Ulegnie jednak namowom Bartka (Arkadiusz Smoleński) i pójdą razem na imprezę do pubu. Spotkają tam zakochanych Sonię i Janka (Barbara Wypych, Tomáš Kollárik). Na ich widok Ula poczuje zazdrość… **MP**

WT M jak Miłość
● 20.55 ● TVP 2

– Jakoś się dogadamy! Nie musimy tego załatwiać po złości, przez sąd… – usłyszy Ula od ojca, który chce, by go utrzymywała.

Miłość między Sonią i Jankiem kwitnie. A to sprawia, że Ula nie jest pewna swoich uczuć wobec Bartka…

SPOSÓB NA SŁUCH DOSKONAŁY!

Dzięki tym plastrom odzyskałam słuch w 48 h!

Polecam Ela

POŻEGNAJ PROBLEMY ZE SŁUCHEM, TAK JAK PONAD 113 230 POLAKÓW

Nowe plastry wzmacniają słyszenie nawet o 90% oraz redukują szumy uszne o 95%. Z tej innowacyjnej metody skorzystało już ponad 113 230 Polaków. Aż 98/100 osób zadeklarowało, że dzięki nim w zaledwie 14 dni skutecznie uporało się z zaburzeniami słuchu. Spróbuj i Ty – poczuj natychmiastową poprawę!

Blisko 1/5 udarów mózgu u osób po 65. roku życia powstaje jako skutek hałasu panującego na ulicach. To oznacza, że na ryzyko choroby wystawiasz się każdego dnia, podczas tak niepozornych czynności, jak wyjście do sklepu bądź załatwienie spraw na poczcie. Innowacyjne plastry pomagają zminimalizować ryzyko powikłań związanych z pogorszeniem słuchu aż o 85%. Dzięki ich stosowaniu możesz wychodzić na miasto kiedy tylko chcesz – bez obaw, że hałas pozbawi Cię słuchu!

Z zespołem ekspertów opracowaliśmy maksymalnie skuteczną formułę. Są to plastry z leczniczymi ziarnami Vaccaria, które należy przykleić w odpowiednim punkcie przy uchu. Efekty zazwyczaj pojawiają się już po 3 dniach. To wtedy osoby stosujące kurację zaczynają czuć, jak poprawia się ich słuch. Z dumą mogę stwierdzić, że plastry pomogły już tysiącom osób poradzić sobie z dolegliwościami związanymi ze słuchem.

John Eringer, laryngolog z **New York Laryngological Institute**

Jak dokładnie wygląda kuracja?

Plastry umieszcza się na odpowiednich punktach na uchu. Tak przyklejone, powinno się je stymulować, poprzez uciskanie ich co jakiś czas. Dzięki małemu rozmiarowi i dyskretnemu wyglądowi, nie rzucają się w oczy. Co więcej, są one prawie niewidoczne w porównaniu do aparatów słuchowych. Te ostatnie są zresztą kiepskim wyborem – to rozwiązanie przestarzałe i mało wygodne w stosowaniu.

Co sprawia, że te plastry są tak skuteczne?

Badania potwierdzają, że większość osób odczuwa wyraźną poprawę słuchu już po 3-4 zastosowaniach plastrów. Co sprawia, że są one tak fenomenalnie skuteczne? Plastry działają miejscowo. Oznacza to, że ich lecznicze właściwości wpływają bezpośrednio na narząd słuchu. To z tego powodu już po 3 dniach słuch może zostać poprawiony nawet o 65%, a po 2 tygodniach – aż o 90%. To prawdziwe wybawienie dla każdego, kto cierpi na wadę słuchu, ale nie ma czasu na długotrwałe kuracje. Co więcej, plastry są też zdecydowanie wygodniejsze niż aparaty słuchowe.

Natychmiastowa eliminacja niedosłuchu w każdym wieku!

Przyklej w tym obszarze ucha

ZDANIEM EKSPERTÓW, PLASTRY NR 1 NA KAŻDE ZABURZENIE SŁUCHU

- **Poprawia słyszenie już po 3 dniach stosowania**
- **Redukuje szumy uszne o 95%**
- **Przywraca słyszenie nawet najcichszych dźwięków**
- **Skutecznie radzi sobie z każdym rodzajem niedosłuchu**

PLASTRY WYKAZUJĄ NAWET DO 89% WIĘCEJ SKUTECZNOŚCI NIŻ APARATY SŁUCHOWE

Nie zwlekaj napraw słuch już dziś

Popularność plastrów rośnie z każdym dniem. Osób zachwyconych jego działaniem wciąż przybywa. W Polsce nowatorskie plastry można kupić wyłącznie w sprzedaży telefonicznej. Producent przygotował specjalną pulę opakowań limitowanych dla pierwszych 150 klientów, którzy zgłoszą się jako pierwsi.

Regulamin - rgmnpmcjpk.com

Słuch mam jak 20 lat temu

Mówią, że starość – nie radość. Radio musiałam ciągle nastawiać głośniej i głośniej, przez co zmuszałam sąsiadów do słuchania razem ze mną. To już stawało się nie do zniesienia. Jakiś czas temu, przeglądając gazetę, natknęłam się na plastry. Już po 3 dniach stosowania poczułam różnicę. Po 2 tygodniach zaczęłam na nowo wychodzić do ludzi, a sąsiedzi przestali narzekać na głośno grające radio. Serdecznie polecam!

Elżbieta, 62 lata, Łódź

OFERTA LIMITOWANA

Pierwsze 150 osób, które zadzwoni do 29.04.2019 r. otrzyma plastry za jedyne 85 zł zamiast ~~329~~ zł. Oszczędzasz aż 244 zł!

ZADZWOŃ: 41 373 21 75

REKLAMOWANE W TV

Przesyłka GRATIS! pon. - pt. 08:00 - 20:00, sob. - nd. 09:00 - 20:00. Zwykłe połączenie lokalne bez dodatkowych opłat.

Stańska uzna, że już najwyższy czas, by wyrzucić sprawiającego kłopoty Rafała. Zmusi więc męża, by spróbował pozbyć się kolegi.

Rafał poprosi Anię, by na planowany przez niego pokerowy wieczór zaprosiła kilka swoich atrakcyjnych koleżanek.

BARWY SZCZĘŚCIA

Podwójna próba siły

Mimo wielu upomnień Brunona Rafał (Lesław Żurek, Wojciech Solarz) nie zaprzestanie organizowania nielegalnych rozgrywek w pokera. Wpadnie nawet na pomysł, jak je uatrakcyjnić – postanowi zapewnić graczom towarzystwo atrakcyjnych dziewczyn i coś „na rozluźnienie". W związku z tym skontaktuje się z Patrykiem (Konrad Skolimowski) i poprosi go o odpowiednie substancje psychoaktywne. Słowem, narkotyki. Nie przestraszy go nawet niezapowiedziana wizyta w pokoju Bożeny i Karoliny (Marieta Żukowska, Marta Dąbrowska) ani fakt, że kobiety robią się bardziej podejrzliwe. Ostatecznie Patrykowi – dzięki pomocy Justina (Jasper Sołtysiewicz) – uda się załatwić narkotyki, a o „zorganizowanie" dziewczyn Rafał ostatecznie poprosi recepcjonistkę Anię (Żaneta Homa). Niebawem informacja o kolejnej imprezie dotrze do Bożeny. Wściekła kobieta oświadczy mężowi, że musi natychmiast pozbyć się uciążliwego kolegi. Stański odwiedzi Rafała w pokoju i zażąda, by się wyprowadził. **Ale ten z uśmiechem na ustach odmówi i przypomni Brunonowi, iż łączy ich niechlubna przeszłość, o czym chętnie poinformuje Bożenę.** Stański bez słowa opuści jego pokój.

Tymczasem Irena (Krystyna Tkacz) spróbuje przekonać Ludwika (Marek Lewandowski), by zajął się rozwodem. Kobieta wytłumaczy zaskoczonemu Sadowskiemu, że miłość miłością, ale gdy straci dom, to raczej nie może liczyć na jej dozgonne uczucie… **SID**

Irena da Ludwikowi do zrozumienia, że jej ukochany powinien być człowiekiem majętnym.

WT Barwy szczęścia ● 20.10 ● TVP 2

W RYTMIE SERCA

Kolejna porcja nieszczęść…

Biernacką czekają kolejne trudne przeżycia. Nie dość, że Adam nie będzie chciał z nią rozmawiać, to jeszcze Grześ otrze się o śmierć!

Zdawać by się mogło, że Marię (Barbara Kurdej-Szatan) ostatnio dotknęło tyle nieszczęść, iż nic gorszego nie może jej już spotkać. Okazuje się jednak, że los potrafi być bardzo przewrotny, a powiedzenie, iż nieszczęścia chodzą parami, niezwykle często się sprawdza…

Chcesz rozbić rodzinę!

Gdy przygnębiona Biernacka wróci do Kazimierza, Adam (Mateusz Damięcki) nie przyjmie jej z otwartymi ramionami. Będzie wściekły i od razu zażąda od kobiety wyjaśnień. A kiedy ona wyzna mu, iż w czasie pobytu w Warszawie widziała się z Piotrem (Filip Bobek), wybuchnie gniewem. Na nic zdadzą się tłumaczenia pielęgniarki, iż potrzebowała natychmiastowego wsparcia przyjaciela. **Doprowadzony do ostateczności Żmuda, wybiegnie z domu. W chwilę później także Grześ (Borys Wiciński) zrobi Marii awanturę** Zdenerwowany chłopiec zarzuci matce, że po raz kolejny zdenerwowała Adama i na pewno chce rozbić ich rodzinę. Biernacka spróbuje uspokoić syna, jednak tym razem bez skutku.

Bójka na rynku

Kilkanaście minut później Maria znowu spotka się z Piotrem. Będzie chciała pożegnać przyjaciela, który postanowił wyjechać z Kazimierza. Niestety, na rynku, na którym Biernacka i Nowacki czekać będą na autobus, zjawi się wzburzony Adam.

Bez chwili zastanowienia Żmuda podbiegnie do Nowackiego i wymierzy mu cios w twarz. Przerażona Biernacka nie zdoła rozdzielić walczących mężczyzn.

Wściekły na matkę Grześ postanowi pójść z koleżankami na wagary. Niestety, nastolatkowie znajdą się w nieodpowiednim czasie w niewłaściwym miejscu…

Błyskawicznie podejdzie do rozmawiającej pary i rzuci się z pięściami na Piotra. A ponieważ ten postanowi się bronić, między mężczyznami dojdzie do krwawej bijatyki. Na nic zdadzą się prośby zdenerwowanej Marii, walczących mężczyzn rozdzieli dopiero policyjny patrol. Obaj trafią na posterunek, na którym Weronika (Maria Dębska) zrobi bratu ostrą awanturę.

Dramat w fabryce

Maria i Adam wprawdzie razem wrócą do domu, ale nie oznacza to, że dojdą do porozumienia. Biernacka spróbuje przeprosić ukochanego i nawet obieca mu, iż pójdzie na terapię, ale on nie zechce z nią rozmawiać. Tymczasem rozżalony Grześ postanowi się zbuntować i w związku z tym pójdzie na wagary. Razem z kolegami zaszyje się w opuszczonej fabryczce. Nastolatkowie nie będą zdawać sobie sprawy, iż w budynku ktoś podłożył bombę! **Pół godziny później dojdzie do eksplozji.** Ratownicy, którzy trafią na miejsce wypadku, znajdą tam plecaki z przyborami szkolnymi – dzięki temu zorientują się, że pod gruzami mogą być dzieci. Weronika zajrzy do jednej z toreb i z przerażeniem przeczyta nazwisko wypisane na zeszycie… Niebawem do fabryczki dotrze blada ze strachu Maria. Kobieta spróbuje wbiec do palącego się budynku, ale Piotr jej na to nie pozwoli. **SID**

ND W rytmie serca
● 20.00 ● Polsat

Po kilkunastu minutach akcji ratunkowej sanitariusze zaczną wywozić poszkodowanych z wnętrza fabryki.

KORONA KRÓLÓW

Królowa bliska obłędu

Wyznanie Kazimierza (Andrzej Hausner) sprawi, że Adelajda (Aleksandra Przesław) straci głowę. Gdy nieco się uspokoi, zacznie rozważać opuszczenie Wawelu. Tymczasem dojdzie po pojmania Bogdana (Mateusz Burdach), a pod nieobecność króla to właśnie jego żona powinna zadecydować o losie zamachowca. Ale Adelajda odmówi. Niedługo później Kazimierz nakaże jej wyjazd do Żarnowca. **Kolejny cios zadany przez wiarołomnego męża sprawi, że kobieta spróbuje popełnić samobójstwo.** W ostatniej chwili do akcji wkroczą dwórki. W tym samym czasie Ludwik (Kamil Siegmund) planuje zeswatać Kazimierza z mieszczką Krystyną (Michalina Sosna). **SI**

WT Korona królów
● 18.30 ● TVP 1

NOWA POSTAĆ

Przed ostatecznym krokiem Adelajdę powstrzymają Jutta i Oda (Karolina Kominek, Hanna Wojak). Krystyna (w kółku) ma zacząć szpiegować dla Ludwika.

OJCIEC MATEUSZ

Strzeż się odrzuconych!

W sandomierskim szpitalu wszyscy świętują zakończenie remontu na oddziale chirurgii dziecięcej. Jego szef, Andrzej Kosowski (Grzegorz Gadzomski), przyjmie gratulacje i podziękuje osobom, które pomogły mu przeprowadzić tę inwestycję. Szczęśliwemu mężczyźnie towarzyszyć będą żona, syn i asystentka Karolina (Agnieszka Michalska, Jan Zasowski i Weronika Lewoń). Następnego dnia poranną sielankę Kosowskich przerwie telefon ze szkoły Julka – okaże się, że chłopak wdał się w bójkę. Dyrektor zasugeruje rodzicom, że powodem przepychanki mógł być artykuł zamieszczony w „Nowinach". **Z jego treści będzie wynikać, że Andrzej molestował stażystki!** Wściekły lekarz pojedzie do redakcji. Kilka godzin później odbierze telefon i powie żonie, iż musi jechać do szpitala.

Nazajutrz Karolina odkryje zwłoki lekarza w jego gabinecie! Policjanci pojadą do „Nowin", by dowiedzieć się, kto go oskarżył o molestowanie. **SI**

CZ Ojciec Mateusz
● 20.35 ● TVP 1

Okaże się, że Karolina skrywa pewną tajemnicę.

Andrzej i Wanda będą się wydawać bardzo szczęśliwym małżeństwem. Niestety, tylko do czasu.

ODCINKI SPECJALNE

FAMILIADA

NIEDZIELA, godz. 14.00, TVP 2

Drużyna „Sanatorium miłości": Wiesława Kwiatek, Nina Busk, Marek Jarosz i Krzysztof Rottbard kontra drużyna „Europa da się lubić": Monika Zamachowska, Paolo Cozza, Conrado Moreno oraz Teo Vafidis.

PONIEDZIAŁEK, godz. 14.00, TVP 2

Prezenterzy: Anna Popek, Agata Konarska, Marta Piasecka, Adam Giza i Łukasz Sobolewski. Kontra artyści: Izabela Trojanowska, Alicja Boncol, Marek Piekarczyk, Andrzej Zieliński i Grzegorz Wilk.

KOŁO FORTUNY

NIEDZIELA, godz. 14.35, TVP 2

Do rywalizacji przystąpią gwiazdy „Stulecia Winnych": Katarzyna Mikiewicz i Arkadiusz Janiczek. Trzecim graczem będzie Ałbena Grabowska, autorka powieści, na podstawie której powstał scenariusz serialu.

PONIEDZIAŁEK, godz. 14.35, TVP 2

W szranki staną aktorzy z serialu Jedynki „Echo serca": Kamila Bujalska, Łukasz Garlicki oraz Martin Budny.

JAKA TO MELODIA?

NIEDZIELA, godz. 17.30, TVP 1

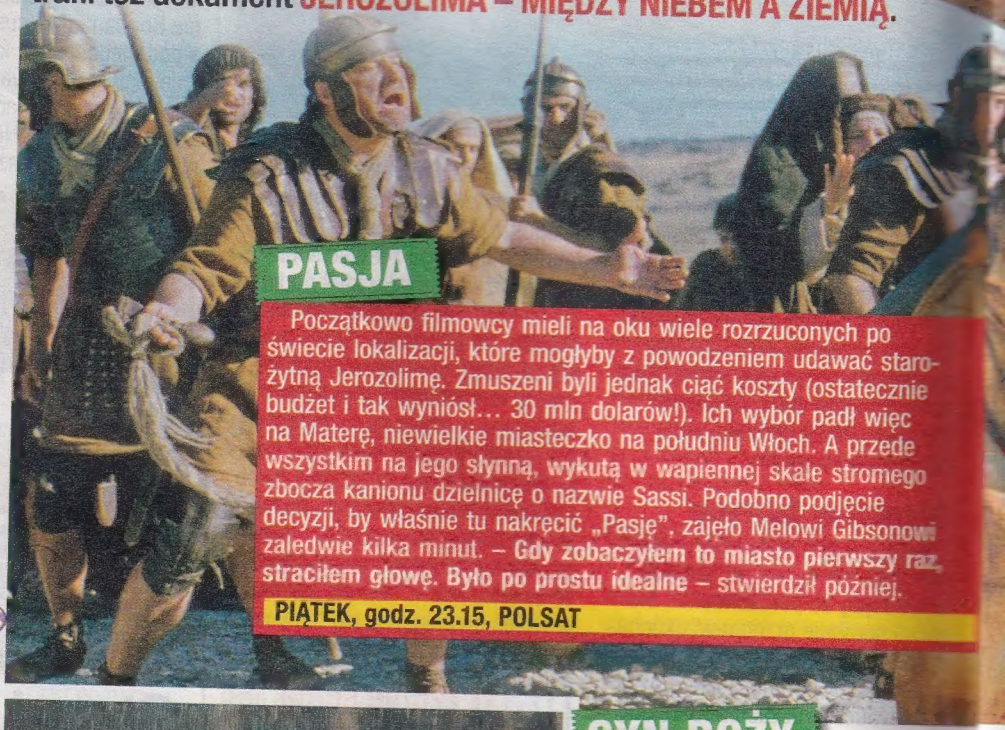
Braterskie duety: Łukasz Golec i Paweł Golec oraz Tomek Szczepanik i Marek Szczepanik z zespołu Pectus.
Na scenie: Ewa Farna, Mateusz Ziółko, Bonnie Tyler, a także goście odcinka.

PONIEDZIAŁEK, godz. 18.40, TVP 1

Gwiazdy disco polo: Magda Narożna z zespołu Piękni i Młodzi, Radosław Liszewski oraz Sławomir Świerzyński.
Na scenie: Sławomir, Czadoman, Bayer Full, Thomas Anders i Boney M.

Biblijne szlaki oczami

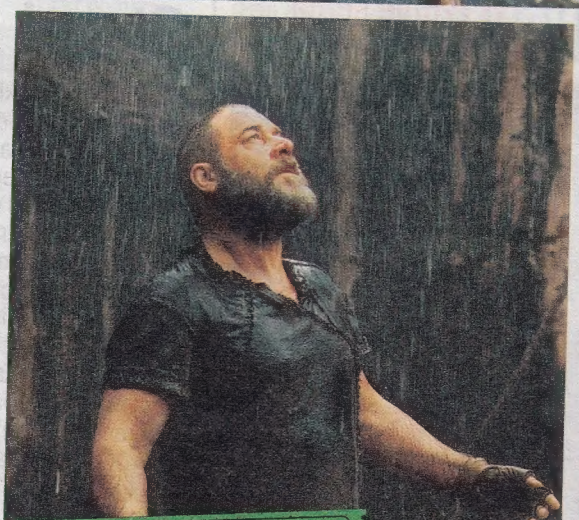
Rozmach produkcji o męce Chrystusa (**PASJA**, **SYN BOŻY**) i potopie (**NOE: WYBRANY PRZEZ BOGA**) robi wrażenie. By tak się stało, twórcy odwiedzili Włochy, Islandię i Maroko. Do naszego przewodnika trafił też dokument **JEROZOLIMA – MIĘDZY NIEBEM A ZIEMIĄ**.



PASJA

Początkowo filmowcy mieli na oku wiele rozrzuconych po świecie lokalizacji, które mogłyby z powodzeniem udawać starożytną Jerozolimę. Zmuszeni byli jednak ciąć koszty (ostatecznie budżet i tak wyniósł… 30 mln dolarów!). Ich wybór padł więc na Materę, niewielkie miasteczko na południu Włoch. A przede wszystkim na jego słynną, wykutą w wapiennej skale stromego zbocza kanionu dzielnicę o nazwie Sassi. Podobno podjęcie decyzji, by właśnie tu nakręcić „Pasję", zajęło Melowi Gibsonowi zaledwie kilka minut. – **Gdy zobaczyłem to miasto pierwszy raz, straciłem głowę. Było po prostu idealne** – stwierdził później.

PIĄTEK, godz. 23.15, POLSAT



NOE: WYBRANY PRZEZ BOGA

Twórcy filmu inspirowanego biblijną opowieścią o potopie od razu wiedzieli, że za tło posłużą im surowe krajobrazy Islandii. **Wśród nich pokryta czarnym piaskiem plaża Reynisfjara.** Słynie ona z bazaltowych skał wystających z morza (Reynisdrangar). Według legendy to zaklęte trolle, które próbowały wyciągnąć na ląd swój statek. Zadanie okazało się jednak czasochłonne, więc zaskoczyły ich promienie wschodzącego słońca. A te zmieniają przecież trolle w kamienie. Wracając do filmowców – mimo wszystko naturalne plenery postanowili ulepszyć komputerowo. Trudno się zatem dziwić, że produkcja pochłonęła 125 mln dolarów!

SOBOTA, godz. 21.20, TVP 1

SYN BOŻY

Po pierwsze, „Syn Boży" powstał 10 lat po „Pasji" Mela Gibsona. Po drugie, jego ekipa wybrała bardziej egzotyczną scenerię – Maroko. Tam powstała większość zdjęć. W tym sceny najtrudniejsze pod względem technicznym i emocjonalnym, czyli Droga Krzyżowa oraz śmierć Chrystusa. **Filmowe ukrzyżowanie kręcono przez 3 dni na szczycie samotnej góry obok miasta Ouarzazate.** Warunki pogodowe do łaskawych nie należały. W dzień żar lał się z nieba, zdarzał się porywisty wiatr, nocą zaś było zimno.

SOBOTA, godz. 0.40, POLSAT

filmowców

JEROZOLIMA – MIĘDZY NIEBEM A ZIEMIĄ

A to propozycja dla tych, którzy chcieliby na własne oczy zobaczyć, jak wygląda Jerozolima. Jeden z najlepszych widoków na miasto rozpościera się z Góry Oliwnej, gdzie znajduje się zegarek Getsemani, liczący tam drzewa oliwne, które mają nawet 2 tys. lat. Przy okazji dokumentalnej podróży widzowie dowiedzą się m.in., co mieści się dziś wzdłuż Drogi Krzyżowej, czy są tam polskie akcenty i kto wpadł na pomysł „wypożyczalni krzyży"?

PIĄTEK, godz. 21.50, TVN STYLE

PREMIERA

KONCERTY W ŚWIĘTA

PT **ECCE HOMO. PIEŚNI PASYJNE**
godz. 20.15, TVP 1

Na scenie wystąpią Grażyna Auguścik (na zdj.), jedna z czołowych gwiazd jazzu, oraz Maria Pomianowska, specjalizująca się w muzyce etnicznej. **Wśród wykonywanych pieśni wielkopostnych znajdą się m.in. „Ogrodzie Oliwny", „Krzyżu Święty" oraz „Gorzkie żale".**

PSALMY DLA CIEBIE godz. 20.15, TVP Rozrywka

Fragment koncertu galowego 17. edycji konkursu „Teraz Polska", który odbył się w 2007 r. Piotrowi Rubikowi towarzyszyła wówczas Orkiestra Filharmonii Częstochowskiej, a także Chór Uniwersytetu Wrocławskiego Gaudium, Chór Kameralny Akademii Muzycznej we Wrocławiu oraz Chór La Musica Corale. **Na scenie pojawili się m.in. Małgorzata Walewska, Michał Bajor i Leszek Świdziński.**

WOŁA NAS PAN. ORATORIUM WIELKANOCNE ERNESTA BRYLLA I WŁODZIMIERZA KORCZA
godz. 20.50, TVP Rozrywka

Ernest Bryll napisał teksty utworów, a Włodzimierz Korcz skomponował muzykę. Wśród wykonawców koncertu zarejestrowanego 20 lat temu w Archikatedrze Oliwskiej znaleźli się Alicja Majewska, która wykonała pieśń „Kamień", i Zbigniew Wodecki. Wystąpili też m.in.: Dorota Osińska i Ewa Uryga.

PREMIERA

SO **KONCERT WIELKOPOSTNY** godz. 17.30, TVP 1
Wykonanie: Polska Filharmonia Kameralna pod dyrekcją Wojciecha Rajskiego. Fragmenty Ewangelii według św. Mateusza przeczyta ks. abp. Sławoj Leszek Głódź.

ND **WIELKA MOC – KONCERT WIELKANOCNY TELEWIZJI POLSKIEJ I RADIA PLUS**
godz. 14.15, TVP 1

Usłyszymy: Halinę Mlynkovą, Natalię Szroeder, Beatę Bednarz, Marikę i Krzysztofa Iwaneczkę, zwycięzcę 6. edycji „The Voice of Poland". Towarzyszył im będzie chór TGD (Trzecia Godzina Dnia) oraz kwartet smyczkowy Fair Play. **Artyści oprócz tradycyjnych pieśni wielkanocnych, wykonają także utwory współczesnych twórców muzyki chrześcijańskiej.** Koncert nagrany został w krakowskim Sanktuarium św. Jana Pawła II.

PREMIERA

ŚPIEWAJMY Z ARKĄ ALLELUJA godz. 10.45, TVP ABC

Widowisko rozgrywające się we wnętrzach kopalni soli w Wieliczce. **W programie znalazły się nie tylko piosenki i pieśni wielkanocne w wykonaniu Arki Noego, lecz także scenki biblijne przygotowane przez Teatr Lalkowy i Kukiełkowy Ani Polarusz.**

To właśnie miłość

Wszystko wskazuje na to, że święta wielkanocne spędzimy z Martą Manowską. Najpierw zobaczymy specjalny odcinek SANATORIUM MIŁOŚCI, a potem pilot nowej edycji ROLNIK SZUKA ŻONY.

Te dwa reality show Jedynki widzowie pokochali od pierwszego wejrzenia. Czyżby Polacy byli romantykami i szczególnie cenili sobie programy o poszukiwaniu miłości?

Święta, święta!

W Wielką Sobotę zobaczymy odcinek specjalny „Sanatorium miłości". **Marta Manowska zaprosiła wszystkich uczestników pierwszej edycji na Podlasie.** Wspólne spotkanie rozpoczęło się od wspomnień o zmarłym w lutym Cezarym Mocku. Choć był bliski wszystkim, to jednak najbardziej Wiesi, z którą zaczęło go łączyć coś znacznie więcej niż tylko przyjaźń.

Potem uczestnicy dostali zadania specjalne – musieli przygotować ozdoby świąteczne. Pomalowali więc jajka, ubrali koszyczki i udekorowali stół. Oczywiście nie zabrakło też czasu na relaks na świeżym powietrzu.

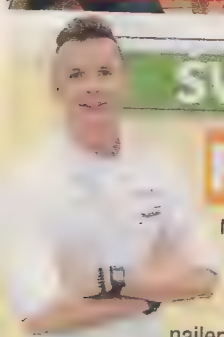
Ludzie listy piszą

W poniedziałek o 20.15 poznamy kandydatów do szóstej edycji „Rolnik szuka żony". Marta Manowska udała się z wizytą do dziesięciu rolników, którzy zgłosili chęć uczestniczenia w tym projekcie. Prowadząca zapytała ich o plany na przyszłość oraz cechy idealnego kandydata na partnera. Oni z kolei opowiedzieli, o jakiej miłości marzą. Po emisji tego odcinka zainteresowani nimi widzowie mają równy miesiąc, by wysyłać listy do wybranych kandydatów. Piątka wybrańców ciesząca się ich największą sympatią rozpocznie swoją przygodę z programem.

– Chciałabym, żeby ludzie się nie bali i jeśli tylko spodoba im się jakiś kandydat, napisali do niego. **Myślę, że wszystkie te związki, które powstały po zakończeniu programu, pokazują, że warto się przełamać** – zachęca Manowska. A przypomnijmy tylko, że dzięki poprzednim edycjom nie tylko zawarto kilka małżeństw, ale też narodziło się kilkoro dzieci. Jest więc o co walczyć. AL

50 Sanatorium miłości
● 20.20 ● TVP 1

ŚWIĄTECZNA PODRÓŻ KULINARNA



PT Okrasa łamie przepisy (godz. 15.35, TVP 1) – **KAROL OKRASA** rusza tropem wielkanocnych smakołyków. W Luszkowie niedaleko Świdnicy, pan Zdzisław nauczy go piec najlepsze baby drożdżowe.

Wielkanocne wypieki w Europie (godz. 17.30, TVP 1) to film dokumentalny opowiadający o tradycyjnych wypiekach, które są specjalnie przygotowywane w całej Europie na okres świąt wielkanocnych.

Pyszna Wielkanoc (godz. 17.50, Food Network) – **ANNA STARMACH** przyrządza żur na domowym zakwasie, a na drugie danie proponuje kaczkę z jabłkami. Na deser piecze tradycyjną babę drożdżową i zdradza widzom swój sekret, jak sprawić, żeby baba zawsze wyszła. Następnie uczy widzów krok po kroku, jak przyrządzać trzy potrawy wielkanocne – zupę chrzanową, królika w śmietanie i mazurek kajmakowy.

50 Ewa gotuje (godz. 10.15, Polsat) – **EWA WACHOWICZ** nie wyobraża sobie świąt bez białej kiełbasy oraz jajek. Podobnie jest z mazurkiem, ale że mazurki robiła już wielokrotnie, postanowiła przygotować wytrawną tartę w stylu tego ciasta – tyle, że z wędliną i gotowanym jajem. Przygotuje także pierś indyka, nadziewaną suszonymi morelami i orzechami włoskimi. Na deser przyrządzi jaja sadzone na słodko. Jak to możliwe? Ewa upiecze bezy do złudzenia przypominające jajka z patelni.

ND Wielkanoc z Dwójką (godz. 13.05, TVP 2) – poznamy wielkanocne potrawy i ich pochodzenie oraz receptury. Stół ugnie się pod ciężarem bab, serników, mazurków, wędlin, pasztetów i sałatek. Zaproszeni do studia goście porozmawiają, porozmawiamy o zwyczajach i tradycjach z różnych stron Polski. Istotnym elementem programu będą też quizy wiedzy o zwyczajach, potrawach i tradycjach wielkanocnych.

Wielkanoc ze smakiem (8.50, TVN Style) – **MAGDA GESSLER** ugotuje kwaśny żur, przyrządzony na wywarze z aromatycznymi przyprawami i zaskakującym dodatkiem wędzonego oscypka oraz jaja w wersji po polsku z pieczarkami i zielonym koperkiem. Nie zabraknie też prawdziwej domowej białej kiełbasy.

ND Królowa
● 14.45 ● ZOOM TV

ND Harry i Meghan: nowoczesne love story
● 16.50 ● ZOOM TV

Filmy dokumentalne

Wielkanoc z brytyjską rodziną królewską

W pierwszy dzień świąt królowa Elżbieta II (która jest najdłużej panującym władcą w historii) obchodzić będzie swoje 93. urodziny. Dwa dni później najmłodszy syn księcia Williama i księżnej Kate, Louis, skończy rok. Prawdopodobnie na przełomie kwietnia i maja urodzi się pierwsze dziecko księcia Harry'ego i księżnej Meghan, a 19 maja para będzie świętowała pierwszą rocznicę ślubu. Z tej okazji Zoom TV przygotował cykl filmów dokumentalnych o brytyjskiej rodzinie królewskiej.

Zacznie filmem **„90. urodziny królowej Elżbiety II"**, przygotowanym trzy lata temu. Dla widzów będzie to niepowtarzalna okazja, aby z bliska przyjrzeć się codziennemu życiu w pałacu Buckingham, pracy oraz życiu samej królowej, a także członków jej rodziny. Potem zobaczymy wyreżyserowany przez Stephena Frearsa film biograficzny **„Królowa"**. Główna rola przyniosła Helen Mirren jej pierwszego Oscara i uznanie na całym świecie. Całość zakończy młode pokolenie. Dzięki filmowi **„Harry i Meghan: Nowoczesne love story"** poznamy historię uczucia, które połączyło popularną amerykańską aktorkę i najmłodszego syna księcia Karola i księżnej Diany. Dokument powstał jeszcze przed ślubem pary. **AL**

ND 90. urodziny królowej Elżbiety II
● 13.40 ● ZOOM TV

Kabaret

Jak to było mieć 15 lat?

Na swojej oficjalnej stronie pochodzący z Kielc Kabaret Skeczów Męczących zamieścił taki wpis: „Paulo Coelho napisał kiedyś: «To możliwość spełnienia marzeń sprawia, że życie jest tak fascynujące.» My spełniamy swoje marzenie już ponad dekadę i nie mogliśmy wybrać sobie bardziej fascynującego zajęcia. Stale pielęgnujemy nasz entuzjazm i nieszablonowość, więc spodziewajcie się jeszcze wiele wiele więcej…". **W ubiegłym roku, wciąż w doskonałej formie i w doskonałych humorach, członkowie kabaretu obchodzili już 15-lecie istnienia.** Z tej okazji przygotowali specjalny program jubileuszowy pod hasłem: „Pamiętasz, jak to było mieć 15 lat?". W wielkanocną niedzielę zaprezentują go w programie Polsatu „Kabaret na żywo". Motywem przewodnim tego występu będą wymyślone przez nich charakterystyczne postaci – m.in. Śruba, Ząb, Buźka, Pan Adamczyk czy Wzorowy Szatan – które powrócą w niespotykanych dotąd odsłonach. Grupa przedstawi zupełnie nowe perypetie tych, dzięki którym widzowie ją pokochali. – **My w ogóle lubimy nasze skecze, dobrze się w nich czujemy** – zapewnia Marcin Szczurkiewicz, który razem z Karolem Golonką w 2003 roku założył Kabaret Skeczów Męczących. **AL**

ND Kabaret na żywo
● 21.05 ● POLSAT

Reklama

Siwa Sasanka grzebie nerwowo nogą. Stary skórzany kantar ciasno oplata głowę, zardzewiałe wędzidło przeszkadza. Ot, wyprawka jaką człowiek jej dał na ostatnią drogę. Sasanka potrząsa głową, wciąga powietrze chrapami i po chwili zanosi się długim, żałosnym rżeniem. Woła. Napięta niczym struna, czeka i nasłuchuje czy ktoś odpowie. Ale nikt się nie odzywa, bo nikt jej nie słyszy. Nie ma tu dobrze znanych jej koni. One zostały. Tam gdzie był jej dom. Tylko Sasanka, już spracowana, leciwa, zniszczona, przeniosła się do handlarza. Stąd się wyjeżdża już tylko do ... nieba.

Jaki los przyprowadził Sasankę do handlarza nie trudno się domyślić. Czas odcisnął na niej wyraźnie swoje piętno. Co nie wziął on, zagarnął człowiek. Powyginane nogi, obolałe plecy, matowa i nastroszona sierść. A przecież kiedyś Sasanka na pewno była pięknym koniem. Dziś stara i schorowana, pokornie czeka co przyniesie jej los. I choć nie rozumie czym zawiniła, że się jej pozbyli, to pewnie wie, że tu, w miejscu gdzie unosi się zapach strachu, nie czeka ją już nic dobrego.

Polska, największy producent koni rzeźnych. Kiedyś tu koń był przyjacielem, dziś dla wielu jest tylko jeszcze żywym mięsem. Sposobem na zarobek. Zmieniły się czasy, zmieniło podejście. Niestety nie na lepsze. Życie Sasanki warte jest 4250 zł. Potrzebne są też środki na transport, diagnostykę i leczenie.

Wierzymy, że dla Sasanki jest niebo tu, na ziemi. Ale musisz pomóc ją ocalić. Mamy czas do 5 maja by zapłacić za jej życie.

Jeśli chcesz i możesz pomóc, prosimy dokonaj darowizny z tytułem SASANKA na konto 15 1020 5226 0000 6002 0220 0350.

ul. Wałbrzyska 6-8, 52-314 Wrocław

CENTAUR S

tel. 518 569 487, tel. 518 569 488
www.centaurus.org.pl

Akcja prowadzona w ramach Kampanii Kochaj Mądrze Regulamin: http://centaurus.org.pl/rkkm

KALENDARZ KIBICA

[illegible]

11.00	**TENIS** Turniej ATP w Monte Carlo – 1. mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej	Polsat Sport
17.30	**SIATKÓWKA MĘŻCZYZN** PlusLiga – półfinał: Jastrzębski Węgiel – ONICO Warszawa	Polsat Sport
1.00	**HOKEJ** NHL – mecz 1. rundy fazy play-off	TVP Sport

[illegible]

14.45	**ŻUŻEL** Turniej o Złoty Kask – zawody finałowe w Pile	Polsat Sport
[illegible]	**PIŁKA NOŻNA** Liga niemiecka – mecz: FC Bayern Monachium – Werder Brema	Canal+
[illegible]	**KOLARSTWO** Tour du Finistere	Eurosport 2
17.55	**PIŁKA NOŻNA** LOTTO Ekstraklasa	TVP Sport
19.00	**PIŁKA NOŻNA** MLS – mecz: Chicago Fire – Colorado Rapids	Polsat Sport News
19.30	**SNOOKER** Mistrzostwa Świata w Sheffield – 1. dzień	Eurosport 1
20.00	**SPORTY WALKI** UFC Fight Night: Overeem vs. Oleinik – waga ciężka: Alistair Overeem – Aleksiej Olejnik	Polsat Sport
3.00	**BOKS** Walka o pas WBO World w Nowym Jorku – waga półśrednia: Terence Crawford – Amir Khan	Polsat Sport

niedziela, 21 kwietnia

[illegible]	**WYŚCIGI MOTOCYKLOWE** FIM Endurance World Championship w Le Mans	Eurosport 2
14.00	**KOLARSTWO** Tour of Turkey – 6. etap	Eurosport 1
14.25	**PIŁKA NOŻNA** Liga angielska – mecz: Everton FC – Manchester United FC	Canal+ Sport
14.25	**PIŁKA NOŻNA** Liga holenderska – mecz: FC Groningen – AFC Ajax	Polsat Sport News
[illegible]	**TENIS** Turniej ATP w Monte Carlo – mecz finałowy gdy pojedynczej	Polsat Sport
15.15	**KOLARSTWO** Wyścig Amstel Gold Race	Eurosport 1
[illegible]	**SNOOKER** Mistrzostwa Świata w Sheffield – 2. dzień	Eurosport 2

[illegible] 22 kwietnia

[illegible]	**KOLARSTWO** Tour of the Alps – 1. etap	Eurosport 1
14.40	**ŻUŻEL** – mecz towarzyski: Polska – Reszta Świata	TVP Sport
17.30	**KOSZYKÓWKA MĘŻCZYZN** Energa Basket Liga – mecz: Arka Gdynia – Polski Cukier Toruń	Polsat Sport
[illegible]	**SNOOKER** Mistrzostwa Świata w Sheffield – 3. dzień	Eurosport 1

wtorek, 23 kwietnia

[illegible]	**TENIS** Turniej WTA w Stuttgarcie – mecz 1. rundy gry pojedynczej	TVP Sport
[illegible]	**TENIS** Turniej ATP w Barcelonie – mecz 1. rundy gry pojedynczej	Polsat Sport
[illegible]	**SNOOKER** Mistrzostwa Świata w Sheffield – 4. dzień	Eurosport 1
[illegible]	**SIATKÓWKA KOBIET** Liga Siatkówki Kobiet – mecz o 3. miejsce	Polsat Sport
20.30	**PIŁKA NOŻNA** Puchar Niemiec – mecz półfinałowy: Hamburger SV – RB Lipsk	Eurosport 1
20.30	**SIATKÓWKA KOBIET** Liga Siatkówki Kobiet – mecz finałowy fazy play-off	Polsat Sport

[illegible]

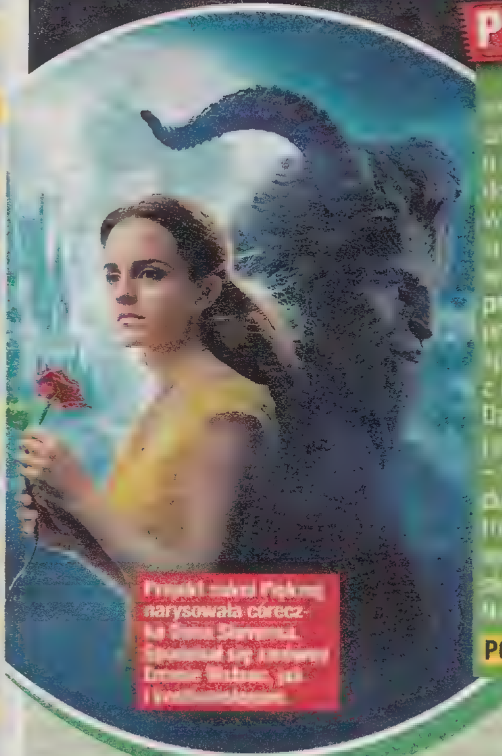
11.30	**TENIS** Turniej WTA w Stuttgarcie – mecz 2. rundy gry pojedynczej	TVP Sport
14.30	**KOLARSTWO** Wyścig Walońska Strzała	Eurosport 1
17.00	**SNOOKER** Mistrzostwa Świata w Sheffield – 5. dzień	Eurosport 1
17.30	**SIATKÓWKA MĘŻCZYZN** PlusLiga – półfinał: ZAKSA Kędzierzyn-Koźle – Warta Zawiercie	Polsat Sport
[illegible]	**PIŁKA NOŻNA** Puchar Niemiec – półfinał: Werder Brema – FC Bayern Monachium	Eurosport 1
20.30	**SIATKÓWKA MĘŻCZYZN** PlusLiga – półfinał: ONICO Warszawa – Jastrzębski Węgiel	Polsat Sport
20.40	**PIŁKA NOŻNA** Puchar Włoch – rewanżowy mecz półfinałowy: AC Milan – SS Lazio	TVP 1
20.55	**PIŁKA NOŻNA** Liga angielska – mecz: Manchester United – Manchester City	Canal+

czwartek, 25 kwietnia

13.30	**TENIS** Turniej WTA w Stuttgarcie – mecz 2. rundy gry pojedynczej	TVP Sport
[illegible]	**SIATKÓWKA MĘŻCZYZN** PlusLiga – mecz o 5. miejsce: Cerrad Czarni Radom – PGE Skra Bełchatów	Polsat Sport
[illegible]	**SNOOKER** Mistrzostwa Świata w Sheffield – 6. dzień	Eurosport 1
[illegible]	**PIŁKA NOŻNA** Puchar Włoch – półfinał: Atalanta BC – ACF Fiorentina	TVP Sport

Wielkanoc peł

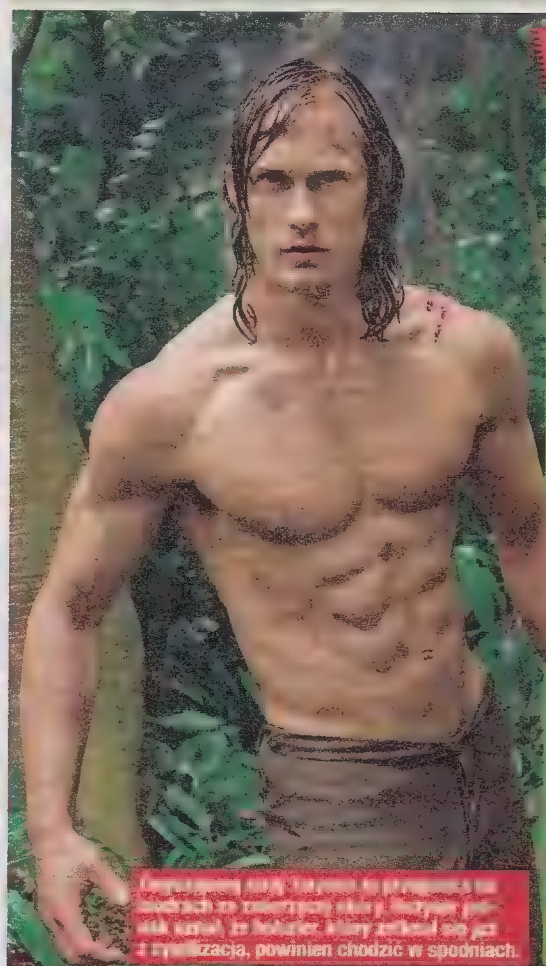
PIĘKNA I BESTIA



[illegible]

PONIEDZIAŁEK, godz. 19.55, POLSAT

TARZAN: LEGENDA



[illegible]

PIĄTEK, godz. 20.00, TVN

[illegible] oznajmił, że Maximus to jego ulubiona postać ze wszystkich, które w życiu zagrał

GLADIATOR

[illegible]

NIEDZIELA, godz. 20.00, TV PULS

na przygód

W najbliższe święta nikt nie powinien odejść sprzed telewizora rozczarowany. Będzie okazja, by nie ruszając się z domu, odwiedzić afrykańską dżunglę, wpaść na greckie wesele w Nowym Jorku, a także odbyć wyprawę do starożytnego Rzymu i zwiedzić pełen magii, baśniowy zakątek Francji.

MOJE WIELKIE GRECKIE WESELE

[illegible]

NIEDZIELA, godz. 16.20, TVP 2

[illegible]

DLA KAŻDEGO COŚ FILMOWEGO

Dla wielbicieli supergwiazd

Robert Redford zaprasza na **„Piknik z niedźwiedziami”**! Towarzyszą mu Nick Nolte i Emma Thompson. Z kolei dzień wcześniej Diane Lane i Alec Baldwin dochodzą do wniosku, że „Paryż może poczekać” (niedziela, godz. 21.05, TVP 1).

PONIEDZIAŁEK, godz. 21.20, TVP 1

Dla tych, co wolą rybki od jajek

To wprawdzie nie te święta, ale miłośnicy pływającej fauny też znajdą coś dla siebie. Najpierw będziemy się głowić, **„Gdzie jest Nemo?”**, a zaraz potem padnie pytanie: „Gdzie jest Dory?” (poniedziałek, godz. 11.35, Polsat).

PONIEDZIAŁEK, godz. 9.15, POLSAT

Dla fanów wodnych przygód

Ahoj, czas postawić żagle! Najpierw wyruszymy na pełną niebezpieczeństw wyprawę z bohaterami filmu „Vaiana: Skarb oceanu” (sobota, godz. 20.05, Polsat) A w Lany Poniedziałek popluskamy się w morskich głębinach razem z **„Małą syrenką”**.

PONIEDZIAŁEK, godz. 7.30, POLSAT

Dla tych, co szukają różnic

Tytuł **„Nie wierzcie bliźniaczkom”** jest słuszny, ponieważ obie bohaterki zagrała Lindsay Lohan. W komedii „Czy to ty, czy to ja” (niedziela, godz. 10.10, TV Puls) obyło się już bez szachrajstw. Wystąpiły autentyczne bliźniaczki, siostry Olsen.

PONIEDZIAŁEK, godz. 13.45, POLSAT

Dla tych, którzy cenią wolność

Co mają wspólnego nominowane do Oscara dramaty więzienne: **„Zielona mila”** i „Skazani na Shawshank” (piątek, godz. 20.05, Polsat)? Oba nakręcił ten sam reżyser, Frank Darabont, na podstawie książek tego samego pisarza, Stephena Kinga!

SOBOTA, godz. 20.00, TV PULS

Fot. TVN, Polsat (4), PulsTV (2), TVP (2)

Dariusz Szpakowski, najlepszy przyjaciel bohatera wieczoru, towarzyszył mu przez cały czas.

Kto obejrzy relację z benefisu, będzie miał okazję przekonać się, jaki prezent Włodzimierz Szaranowicz otrzymał od przyjaciół z telewizji i świata sportu.

Ostatni romantyk odchodzi z telewizji

Z ukochaną pracą planował rozstawać się stopniowo. Niestety, los zadecydował inaczej. WŁODZIMIERZ SZARANOWICZ w dniu swoich 70. urodzin, 21 marca, ogłosił, że odchodzi na emeryturę. Tym samym kończy się pewna epoka.

Takiego wspaniałego pożegnania, jakie przygotowano dla pana Włodzimierza, na pewno nie miał nikt przedtem. 29 marca na benefisie w warszawskim Centrum Olimpijskim (w telewizji obejrzymy zapis tego wydarzenia) zgromadziło się naprawdę mnóstwo ludzi, ale można było odnieść wrażenie, że żadna z tych osób nie znalazła się tam przypadkowo, a wszyscy razem stanowią jego wielką rodzinę.

Piękny sen kibica

Przez czterdzieści lat pracy dorobił się rzeszy „służbowych" przyjaciół. Duża część z nich stawiła się na uroczystości – aktualni i byli współpracownicy Włodzimierza Szaranowicza, koledzy z redakcji sportowej, operatorzy, dźwiękowcy, realizatorzy… No i sportowcy. Liczba mistrzów olimpijskich, rekordzistów świata i w ogóle sportowych sław, o nierzadko encyklopedycznych już zasługach – zgromadzona w jednej sali – wzruszała i onieśmielała. Ludzie, których zasługi i wyczyny są nieopisane, przyszli, by pokazać, jak ważny jest dla nich Włodek Szaranowicz i jakim go darzą szacunkiem. Niejednokrotnie padły słowa, że choć nigdy nie słyszeli go na żywo (w końcu wtedy skakali, biegali, grali), to znają jego komentarze doskonale.

Przybyli między innymi legendarni mistrzowie: Jacek Wszoła, Władysław Kozakiewicz, Janusz Gerard Pyciak-Peciak, złoci siatkarze od Wagnera – Edward Skorek i Ryszard Bosek, słynny zapaśnik Andrzej Supron, bokserzy bracia Skrzeczowie, trener Jerzy Engel…

Pamiątka z benefisu tym cenniejsza, że służbowo już na pewno nie będzie okazji się spotkać.

Wieczór wzruszeń

Ale Szaranowicza nie kochają tylko ci, którzy razem z nim przeżywali młode lata. Na spotkanie przyszli także ci, którzy sukcesy na arenach sportowych odnosili całkiem niedawno, jak tyczkarka Monika Pyrek i kulomiot Tomasz Majewski, dziś wiceprezes PZLA, czy aktualna wicemistrzyni Europy na 1500 m, Sofia Ennaoui, która srebrny medal w ub. roku dedykowała właśnie panu Włodzimierzowi. Z ekranu do jubilata (tydzień wcześniej obchodził 70. urodziny) przemówili sprawcy największych jego zawodowych wzruszeń, skoczkowie Adam Małysz, Kamil Stoch i Dawid Kubacki. Jak powiedział w wywiadzie: „Skoki są fascynujące. Jestem pod wrażeniem lotu człowieka, jego zdolności zapanowania nad ciałem. Jest w tym przesłanie wręcz ikarowskie".

A w pracy Włodzimierza Szaranowicza wspaniałe jest to, że obok olbrzymiej wiedzy zawsze potrafił przekazać pasję do sportu, ukazać jego piękno i, tak, romantyzm! Z Włodkiem nie trzeba było wstydzić się łez radości, i za to dziś wszyscy jesteśmy mu wdzięczni.

Przypomnieliśmy sobie wiele najciekawszych momentów z kariery Włodzimierza Szaranowicza, niespodziankę przygotował Przemysław Babiarz, pięknie zaśpiewała Alicja Majewska. Potem już tylko oklaski, oklaski, oklaski… **KaS**

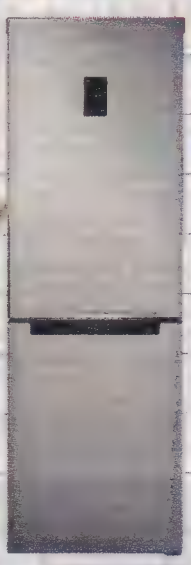
PO Halo, Włodku!
● 17.30 ● TVP 1

Fot. Forum, AKPA (2), East News, Archiwum Prywatne.

SPRAWDŹ SIĘ!

Jak Grać? Każda nagroda to oddzielna rozsypanka! Wybierz nagrodę dla siebie, ułóż wyraz z podanych liter wyślij zgłoszenieo treści **MG.HASLO** pod nr **7365**.

MAGIA GOTOWANIA



1. Lodówka.
Kategoria ***DESER***

G	I	A	T	L	A	K	R	A

UWAGA BONUS SPECJALNY! 1000 zł!
Wyślij dwa zgłoszenia, a weźmiesz udział w losowaniach 3 nagród: dwóch wybranych oraz **1000 zł!**

3. Zestaw garnków.
Kategoria ***PRZYPRAWA***

2. Płyta indukcyjna.
Kategoria ***ZUPA***

K	N	U	S	P	I	K

S	F	Z	A	A	R	N

5. Ekspres do kawy.
Kategoria ***DANIE***

Z	K	A	P	E	J	A	N	K	A

P	W	O	I

K	I	I	W

6. Gotówka 5000 zł.
Kategoria ***OWOC***

4. Robot kuchenny.
Kategoria ***NAPÓJ***

Chcesz zdrowo się odżywiać, ale nie masz czasu, ani ochoty na przygotowanie czasochłonnych dań? Z pomocą przyjdą pyszne mrożone zupy, warzywa i dania. Nie musisz nic kroić, ani obierać. Bierzesz idealnie skomponowaną mieszankę Hortex, 10-20 minut i obiad gotowy.

Na zgłoszenia czekamy do 16.07.2019 r. Organizator w trakcie zabawy, dodatkowo zaproponuje uczestnikowi w komunikacji SMS ukończenie trzech haseł z rozsypanek literowych i gry o pozostałe nagrody przewidziane w zabawie. Koszt 1 SMS-a to 3,69 zł (z VAT). Regulamin na www.regulaminy.pl/s17. Usługa dostępna we wszystkich polskich sieciach telefonii komórkowej.

20.55 M jak Miłość

OBYCZAJOWY odc. 1438

WT W siedlisku trwają przygotowania do zabawy sylwestrowej. Gospodynią imprezy ma być Barbara. Robert Żak pragnie wykorzystać fakt, że koniec roku sprzyja podejmowaniu życiowych decyzji. Ten wieczór będzie dla niego emocjonujący. Organista zamierza bowiem po raz kolejny prosić Kisielową o rękę.

Ula i Bartek planują spędzić ostanie chwile roku w miejscowym pubie. W lokalu zapowiada się huczna zabawa. Wcześniej jednak do pensjonatu zagląda ojciec dziewczyny – Jakubczyk. Senior żali się, że jest ubogi, czym skutecznie psuje humor Mostowiakównie. Ich spotkanie ma bardzo nieprzyjemny finał.

Jakubczyk nie otrzymuje pomocy od porzuconej córki. W odwecie postanawia wezwać policję i oskarżyć Bartka o pobicie. Marzenka przypadkowo odkrywa, że Andrzejek walczy na ringu, by zdobyć dodatkowe pieniądze na jej kurację. Ma pretensje, że mąż podjął się tak niebezpiecznego zadania.

Mieszkańcy Grabiny są roztrzęsieni sprawą pedofila, który sieje postrach w okolicy. Robert dokonuje postępów w śledztwie. Wkrótce policjant znów łamie damskie serce i wpada w tarapaty. Rafał opowiada Soni o swoich rodzinnych tajemnicach. Wyznaje prawdę na temat relacji, która łączy go z ojcem.

Barwy szczęścia

OBYCZAJOWY odc. 2048-2051

20.10 Budrewicz nalega na kolejne pokerowe spotkanie. Władek zauważa niepokojące zachowanie Bednarka wobec Eli, jednej z pracownic uczelni. Chowański wspiera Anzelma przed rozprawą. **WT** Sebastian i Dominika wracają z Kanady. Kowalski spóźnia się do pracy, co rodzi nieporozumienie między nim a Markiem. Wyrokiem sądu Makowski zostaje uniewinniony. Sylwia odsuwa Alicję od sprawy. **ŚR** Dziekan znów gnębi Elę. Justin pomaga Patrykowi zdobyć narkotyki dla Rafała. Walawski pośredniczy w kontakcie Reginy z Budrewiczem. Kobieta zjawia się na wieczorze hazardowym w apartamencie. **CZ** Władek nakłania sprzątaczkę, by zgłosiła rektorowi, że ona i jej koleżanki są nękane przez dziekana. Bożena namawia Bruna do wyrzucenia Rafała z hotelu. Zaborski grozi Stańskiemu.

Klan

TELENOWELA odc. 3474-3476

18.00 **WT** Zosia chce zobaczyć cioteczngo braciszka. Agnieszka tłumaczy córce, że Filipek musi przebywać w inkubatorze. Ola martwi się o syna. Kozieło wyjawia, że jako noworodek cierpiał na porażenie mózgowe. W życiu Pauliny znów pojawia się ojciec Stasia. **ŚR** Surmaczowa idzie do szpitala, by pocieszyć Olę. Piotr i Jasiek wracają ze sklepu z nowym laptopem. Na ulicy zaczepia ich redaktorka. Ilonka prosi Koziełłów o nocleg. Paulina czuje niepokój związany z obecnością Kacpra. Zwierza się Ramonie. **CZ** Ilonka nie chce, aby Anna i Tadeusz ingerowali w jej małżeństwo. Ola zdradza Agnieszce, że bolą ją piersi. Siostra nalega, by zgłosiła to swojemu lekarzowi. Bolek dziękuje Pawłowi za udział w festynie w Woli Tureckiej. Urzędnicy zgodzili się na reaktywowanie drużyny futbolowej.

Diagnoza

OBYCZAJOWY odc. 9

21.30 **WT** Anna oskarża Artmana o zorganizowanie zamachu na Michała. Jan uświadamia byłej żonie, że Wolski miał przed nią tajemnice. Olgę niepokoi zniknięcie Agnieszki. Jej partnerka zostaje odnaleziona, lecz jest ciężko pobita. Marta dowiaduje się, że Lenka zostanie w Polsce w związku z toczącym się śledztwem.

Echo serca

OBYCZAJOWY odc. 15

21.40 **WT** Monika i Konrad są ratownikami na basenie. Pewnego dnia kobieta podczas nauki nurkowania na bezdechu traci przytomność pod wodą. Doktor Sowiński nie potrafi określić, w jakim stopniu został uszkodzony mózg pacjentki. Załamany Konrad popełnia samobójstwo. Magda obwinia siebie o tragedię.

Krew z krwi

SENSACYJNY odc. 1/8

22.35 **WT** Carmen, córka byłego szefa mafii, wiedzie życie z dala od półświatka. Jej mąż Marek oficjalnie prowadzi przystań dla jachtów. W rzeczywistości przemyca papierosy ze szwagrem Wiktorem i jego przyjacielem Stefanem. Majewski stara się unikać ryzyka, jednak brat Carmen sprowadza na niego kłopoty.

Leśniczówka

TELENOWELA odc. 114

20.30 **WT** Krzysztof oznajmia Katarzynie, że nie udało mu się odnaleźć córki. Wciąż jednak kontynuuje poszukiwania. Wkrótce razem z Wandą trafia na squat, gdzie przebywa zbuntowana Pola. Artur jest szczęśliwy, że do Beatki dotarły jego listy miłosne. Wierzy, że kobieta odwzajemnia jego uczucia.

Ojciec Mateusz 21

KRYMINALNY odc. 272

20.35 **CZ** W gazecie pojawia się artykuł szkalujący dobre imię ordynatora Kosowskiego. Kilka stażystek oskarża go o molestowanie. Wieczorem lekarz wybiega z domu, a nazajutrz jego ciało znajduje żona. Wszystkie tropy wskazują na samobójstwo. Kobylicka zauważa jednak na nadgarstkach denata podejrzane ślady.

Przyjaciółki

OBYCZAJOWY odc. 155

21.10 **CZ** Paweł i Anka chcą odnowić relację. Umawiają się więc na randkę. Wbrew obawom miło spędzają czas. Inga nadal próbuje wzbudzić zazdrość Maksa. Uświadamia sobie, że partner nie wykaże nigdy odpowiedniego zaangażowania. Patrycja na poważnie rozważa rozstanie z ukochanym Wiktorem.

rodzinka.pl

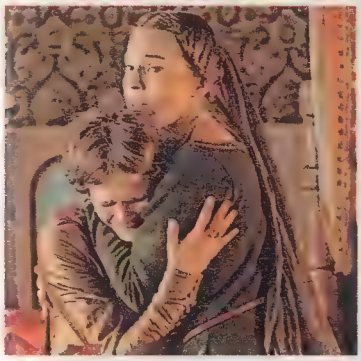
KOMEDIOWY odc. 258

15.15 **PO** Boscy odczuwają wyprowadzkę Tomka. Dotyka to zwłaszcza Natalię i Kacpra. Beata i Jan zapraszają przyszłych teściów Magdy na niedzielny obiad. Propozycja nie spotyka się z aprobatą Ludwika. Paula decyduje się zakończyć znajomość z Kubą. Uważa, że chłopak nie dojrzał do bycia w związku.

Ślad

KRYMINALNY odc. 60-63

22.40 **PO-CZ** Odnalezione zostaje ciało Jana Goławskiego, który przed laty pomógł schwytać seryjnego gwałciciela. Okazuje się, że przestępca właśnie wyszedł z więzienia. Śledczy badają również sprawę zabójstwa Eweliny Kańskiej. Przyjaciółka ofiary wręcza CWS pendrive, na którym znajduje się szokujące nagranie...



Korona królów

TELENOWELA HISTORYCZNA odc. 211-212

18.30 **WT** Audre zauważa sporą zmianę w zachowaniu Bogdana. Adelajda nie może zapomnieć o ostatnich słowach Kazimierza. Chce opuścić zamek. Tymczasem królowi wpada w oko Krystyna. Elżbieta dowiaduje się o zamachu na życie brata. Sądzi, że to sprawka Ludwika. **WT** Guncel pragnie pomścić śmierć Heleny. Prosi Bolka o poparcie go u króla. Bogdan zostaje wtrącony do lochu. Adelajda musi zdecydować o losie złoczyńcy. Ludwik obmyśla kolejną intrygę na dworze. Chce zeswatać Kazimierza z Krystyną. **CZ** Królowa na wieść o rozwodzie niemal popada w szaleństwo. Kazimierz nakazuje małżonce wyjazd do Zarnowca. Załamana Adelajda myśli o odebraniu sobie życia. W ostatniej chwili ratuje ją zaufana dwórka. Czeski szpieg, Benesz, zaprasza polskiego władcę na rozmowy w Pradze.

Na Wspólnej

OBYCZAJOWY odc. 2862-2864

20.15 **WT** Ku zaskoczeniu załogi szef akceptuje wszystkie szalone pomysły Jane. Basia postanawia odejść z pracy. Marta wciąż nie ma czasu dla syna. Ksawery idzie z kolegą na wagary. Chłopcy kradną alkohol z baru Ziębów. Czarek wybudza się ze śpiączki. **ŚR** Kolenda bada sprawę feralnej operacji przeprowadzonej przez Kamila. Dyrektorka szpitala zamierza zwolnić Hoffera. Smolny świętuje kolejny sukces zawodowy w towarzystwie Jadwigi. Ignaś wrogo traktuje Michała. Wkrótce chłopiec znika. **CZ** Zachowanie pacjentów przekonuje Kolendę, by dać Hofferowi drugą szansę. Szefowa nakazuje podwładnemu poddanie się terapii w ośrodku zamkniętym. Jarek traci pracę. Eliza radzi partnerowi skontaktować się z jej ojcem. Michał poznaje tajemnicę Ignasia.

Pierwsza miłość

OBYCZAJOWY odc. 2869-2872

18.00 **PT** Michał dowiaduje się, że Marysia nigdy nie dotarła na Teneryfę. Jagoda dostaje zaproszenie na wesele. Rodzice nie zgadzają się, aby szła sama. Paweł oferuje się udawać jej chłopaka. **WT** Artur i Kinga oraz Karol i Ewa spotykają się na kolacji. Kulczyccy grają zgodne małżeństwo. Melka rozpoczyna dochodzenie w sprawie zaginięcia Marysi. Anna i Śmiałek są szczęśliwi, że operacja się udała. **ŚR** Kaśka i Gosia wciąż marzą o powiększeniu rodziny. Niestety kobieta nie może mieć dzieci. Michał odbiera Julkę ze szkoły. Nauczycielka nie chce wydać mu dziecka, bo nie zgadza się na to jego matka. **CZ** Igor wywozi Marysię za miasto, by ją zabić. Sylwia i Janek chcą przeprowadzić dziennikarskie śledztwo. Jadą na miejsce werbunku dziewczyn do nielegalnej pracy. Paweł i Jagoda idą razem na wesele.

Elif

OBYCZAJOWY odc. 470-473

14.00 **PT** Taylan ratuje Elif przed wypadkiem. Domyśla się, że zazdrosna Beril chciała zaszkodzić koleżance. Melek nie ufa Umitowi. Nalega, by pokazał jej całą dokumentację firmy. **WT** Erkut opiekuje się załamaną po stracie dziecka Goncą. Elif świętuje swoje urodziny. Na uroczystości pojawia się Umit, który zamierza pojmać solenizantkę. Asuman prosi Arzu o pomoc. **ŚR** Tülay zauważa na ulicy Veysela i Murata. To wzmaga w niej tęsknotę za mężem. Bahriye szantażuje Cevahira, że ujawni jego zawodowe tajemnice. Umit wypłaca pieniądze z konta. **CZ** Melek próbuje dowiedzieć się, kto zdefraudował środki. By to wyjaśnić, spotyka się z Umitem. Wspólnik zamienia jednak wyciągi. Cevahir jest zły, że Melek opuściła stanowisko pracy.

Lombard. Życie pod zastaw 4

OBYCZAJOWY odc. 186-190

19.00 **PT-CZ** Daria prowadzi bloga na temat rodzicielstwa. Opisuje i fotografuje życie swojej kilkuletniej córki Mii. Gdy dziecko boli rączka, matka bagatelizuje dolegliwości dziewczynki. W sprawę angażuje się Adek. Justyna wykazuje coraz większe zainteresowanie Mariuszem.

Na dobre i na złe

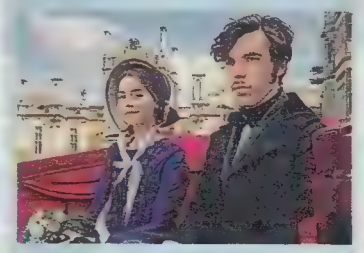
OBYCZAJOWY odc. 741

20.55 **ŚR** Julka opiekuje się Marcinem, który dochodzi do siebie po operacji. Michał jest zestresowany, gdyż Matylda po raz pierwszy zostaje z nim na całą noc. Na oddział trafia Wiesław, któremu piła odcięła rękę. Chirurdzy mają kilka godzin na przyszycie kończyny. Niefortunnie wszyscy bawią się na Balu Lekarza...

Na sygnale

FABULARNO-DOKUMENTALNY odc. 228

21.55 **ŚR** Piotr składa zeznania na policji. Kuba nadal adoruje w pracy Martynę, a Nowy obawia się konfrontacji z Wiktorem. Niebawem ratownicy odpowiadają na wezwanie do mężczyzny, który zasłabł, gdy świętował wygraną na loterii. Jan odkrywa, że jego kupon zniknął. Zaczyna podejrzewać medyków o kradzież.



Wiktoria 2

KOSTIUMOWY odc. 5

14.05 **PT** Para królewska jest zaniepokojona zbliżającym się ślubem dziedzica francuskiej korony z hiszpańską monarchinią. Obawia się, że małżeństwo to tylko pretekst, by oba kraje zawarły niebezpieczny sojusz. Wiktoria wyrusza w pierwszy rejs na kontynent, by złożyć wizytę królowi Francji.

Świat według Kiepskich

KOMEDIOWY odc. 548

20.00 **ŚR** Jolasia uświadamia sobie, że Waldek jest człowiekiem nieprzystosowanym do życia. Przeszkadza jej też brak zorganizowania u męża. Według niej prawdziwy mężczyzna powinien mieć ambicje i pomysł na siebie. Aby zmusić go do ustalenia egzystencjalnego planu, zaczyna grozić Kiepskiemu rozwodem.

W rytmie serca

OBYCZAJOWY odc. 40

20.00 **ND** Maria sprzecza się z Adamem. W przypływie gniewu wyznaje partnerowi, że ostatnią noc spędziła z Piotrem w stolicy. Zmuda konfrontuje się z Nowackim. Weronika i Szarek tropią grasującego w okolicach podpalacza. Przestępca zostawia ładunek wybuchowy w opustoszałym zakładzie produkcyjnym.

Zakochani po uszy

TELENOWELA odc. 57-58

19.30 **WT-CZ** Eryk radzi Asi, by napisała list do Piotra. Przesyłka wpada w ręce Sylwii. Adrian i Wojtek przygotowują zemstę na swoim ojcu. Kuba jest coraz bliżej odkrycia prawdy o nocy w hotelu. Asia zaprasza Tomka na kolację urodzinową Haliny. Adrianowi i Wojtkowi nie podoba się obecność policjanta w ich domu.

Zagadki kryminalne panny Fisher

KRYMINALNY odc. 5, 6

17.30 **PT** Do mieszkańców Melbourne dociera informacja o otruciu młodzieńca. Podejrzenie pada na Sylvię Leigh. Phryne zamierza dowieść jej niewinności. Pani detektyw wkracza w tajemniczy świat alchemii i sekretów skrywanych w dzielnicy żydowskiej.

TVP 1

5.35 Jaka to melodia? – telet. muz.
6.15 Wieczna miłość 2 (158) – telen.
7.05 Elif (469) – serial obycz., Turcja '14
8.00 Wiadomości, pogoda
8.15 Kwadrans polityczny – pr. publ.
8.40 Blondynka 5 (62) – obyczajowy
9.40 Komisarz Alex 9 (114) – kryminalny
10.35 Ojciec Mateusz 6 (78) – kryminalny
11.30 Korona królów (209) – telen. hist.
12.00 Wiadomości
12.15 Agrobiznes – mag. rolniczy
12.30 Agropogoda – pr. informacyjny
12.35 Bo ja wybieram zdrowie – mag.
12.50 Kostaryka. Ostoja dzikiej przyrody – film dok., Francja 2016
14.00 Elif (470) – obycz., Turcja 2014
15.00 Wiadomości, pogoda
15.15 Alarm! – magazyn interwencyjny
15.35 Okrasa łamie przepisy – magazyn
16.05 Wieczna miłość 2 (159) – telen.
17.00 Teleexpress
17.30 Wielkanocne wypieki w Europie
18.30 Korona królów – taka historia... (31) – serial dok., Polska 2018
18.55 Jeden z dziesięciu – telet.
19.25 Sport
19.30 Wiadomości, pogoda
20.15 Ecce Homo. Pieśni Pasyjne. Maria Pomianowska Ensemble – koncert

TVP 2

5.35 Egzamin z życia (34) – serial obyczajowy, Polska 2006
6.30 Podróże z historią (46) – serial dokumentalny, Polska 2017
7.05 Na sygnale (44) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2014
7.30 Ogrodowi (5) – magazyn
7.45 Przepis dnia – mag. kulinarny
7.55 Pytanie na śniadanie – mag.
11.25 Barwy szczęścia (2047) – obycz.
11.55 Coś dla ciebie – magazyn
12.25 Quo vadis – dramat historyczny, FILM USA 1951, 170 min
Czasy panowania Nerona (Peter Ustinov). Rzymianin Winicjusz (Robert Taylor) zakochuje się w pięknej chrześcijance. Zazdrosna cesarzowa knuje intrygę, by ich rozdzielić.
15.15 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział (78, 79) – serial obyczajowy, Niemcy/Austria 2014
17.00 Nabożeństwo Wielkopiątkowe w Pszczynie
18.00 Panorama, pogoda
18.30 Sport telegram
18.35 Na dobre i na złe (740) – obycz.
19.30 Przepis dnia – mag. kulinarny
19.35 Barwy szczęścia (2047) – obycz.
20.10 Barwy szczęścia (2048)

POLSAT

4.55 Disco Gramy – program muzyczny
5.40 Telezakupy TV Okazje – magazyn
6.00 Nowy dzień – pr. informacyjny
9.00 SuperPies (19) – magazyn
9.30 Małanowski i partnerzy (716)
10.00 Dzień, który zmienił moje życie (121) – serial paradok., Polska 2015
11.00 Dlaczego ja? (604) – paradok.
12.00 Gliniarze (165) – serial paradokumentalny, Polska 2017
13.00 Trudne sprawy (866) – paradok.
14.00 Pierwsza miłość (2868) – obycz.
14.45 Dlaczego ja? (912) – paradok.
15.50 Wydarzenia, pogoda
16.15 Interwencja – mag. reporterów
16.30 Na ratunek 112 (335) – serial paradokumentalny, Polska 2019
17.00 Gliniarze (325) – serial paradokumentalny, Polska 2019
18.00 Pierwsza miłość (2869)
18.50 Wydarzenia
19.20 Sport, pogoda
19.30 Świat według Kiepskich (99)
Babce Kiepskiej wizytę składa tajemnicza, starsza kobieta ze wsi, zaopatrzona w kosz jaj. Okazuje się, że jedno z nich jest ze złota i ma magiczną moc. Wkrótce jajko spełnia trzy życzenia Ferdka.

TVN

5.10 Uwaga! – mag. reporterów
5.35 Mango – telezakupy
6.50 Kuchenne rewolucje (13) – program rozrywkowy
7.50 Doradca smaku (28) – mag.
8.00 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.00 Ukryta prawda (1029) – paradok.
12.00 Szpital (918) – paradok., Polska
13.00 Szkoła (681) – serial paradokumentalny, Polska 2019
14.00 19+ (382) – serial paradokumentalny, Polska 2019
14.30 Kuchenne rewolucje (4) – program rozrywkowy
15.30 Szkoła (682) – serial paradokumentalny, Polska 2019
16.30 19+ (383) – serial paradokumentalny, Polska 2019
17.00 Szpital (919) – paradok., Polska
18.00 Ukryta prawda (1030) – paradok.
Julia i Piotr kupili własne mieszkanie we Wrocławiu. Muszą je jednak wyremontować. Na czas prac dziewczyna zawozi ukochanego kota do mamy. Kiedy zwierzak może już wracać, okazuje się, że zaginął.
19.00 Fakty
19.35 Sport, pogoda
19.50 Uwaga! – mag. reporterów

20

TRANSMISJA Z WATYKANU

20.50 Droga krzyżowa z udziałem papieża Franciszka

Wielkopostne nabożeństwo zostanie odprawione w ruinach rzymskiego Koloseum, niedaleko Watykanu – siedziby zwierzchnika Kościoła katolickiego. Będzie to piąta droga krzyżowa pod przewodnictwem pochodzącego z Argentyny papieża Franciszka (zdj.). (Polska 2019, 115')

22.45 Listy Matki Teresy – dramat biograficzny, USA 2014, 130 min FILM
Albanka Agnes Gonxha Bojaxhiu (Juliet Stevenson) zostaje zakonnicą, przyjmując imię Teresa. Swoje życie poświęca na udzielanie pomocy sierotom, chorym na trąd i ubogim. Jej przyjacielem przez 50 lat jest ojciec Celeste van Exem (Max von Sydow).
0.55 Wspaniała Gilly – komediodramat, USA 2016, 105 min FILM
2.40 Bóg nie umarł 2 – dramat obyczajowy, USA 2016, 125 min FILM

DRAMAT

20.45 Światło między oceanami FILM

Tom (Michael Fassbender) zatrudnia się jako latarnik na wyspie u wybrzeży Australii. Dołącza do niego żona (Alicia Vikander, zdj.). Para bezskutecznie stara się o dziecko. Pewnego dnia Tom natrafia na łódkę, w której znajduje niemowlę. Szczęście małżonków nie trwa jednak długo. (W. Bryt./Nowa Zelandia/USA/Indie 2016, 140')

23.05 Zanim się rozstaniemy – komedia romantyczna, USA 2014, 105 min FILM
Brook (Alice Eve) za wszelką cenę chce dotrzeć do domu przed mężem, by uniknąć kolejnego konfliktu. Niestety, zostaje okradziona. W efekcie nie wsiada do pociągu, którym miała wrócić z Nowego Jorku do Bostonu. Swoją pomoc oferuje jej uliczny muzyk Nick (Chris Evans).
0.50 Ben Hur – dramat historyczny, USA 2016, 130 min

DRAMAT

20.05 Skazani na Shawshank FILM

Bankier Andy Dufrense (Tim Robbins, zdj.) zostaje niesłusznie skazany za zabicie żony i jej kochanka. Ma spędzić całe życie w więzieniu o zaostrzonym rygorze. Nawiązuje tam życzliwą relację z weteranem zakładu – Redem Reddingiem (Morgan Freeman, zdj.). Nie przestaje jednak snuć marzeń o odzyskaniu należnej mu wolności. (USA 1994, 190')

23.15 Pasja – dramat historyczny, USA 2004, 165 min FILM
Zdradzony przez ucznia Jezus (James Caviezel) trafia przed oblicze rzymskiego namiestnika – Piłata (Hristo Shopov). Ten nie chce wydawać wyroku i decyzję o losie Chrystusa powierza tłumowi. Lud żąda, by ukrzyżować oskarżonego.
2.00 Młody Mesjasz – film religijny, USA 2016 FILM

PRZYGODOWY

20.00 Tarzan: Legenda FILM

Po opuszczeniu afrykańskiej dżungli Tarzan (Alexander Skarsgard, zdj.) wiedzie dostatnie życie w Londynie jako John Clayton. Otrzymuje propozycję powrotu do Konga. Nie zdaje sobie sprawy z tego, że jest wykorzystywany przez żądnego zemsty kapitana Roma z Belgii (Christoph Waltz, (USA/Wielka Brytania/Kanada 2016, 135')

22.15 Milion sposobów, jak zginąć na Zachodzie – western komediowy, USA 2014, 140 min FILM
Nieudacznik Albert (Seth MacFarlane) pragnie odzyskać ukochaną Louise. Dzięki Annie (Charlize Theron), mistrzyni posługiwania się bronią, zaczyna wierzyć w siebie. Jednocześnie wplątuje się w kłopoty.
0.35 Kuba Wojewódzki (21) – talk-show
1.45 Sicario – dramat kryminalny, USA 2015, 135 min FILM

TVP HD

6.15 Przepis dnia – mag.
6.20 Makłowicz w podróży
6.55 Okrasa łamie przepisy
8.05 Ojciec Mateusz 16 (210, 211) – krym.
9.55 Ranczo 5 (61) – obycz.
10.55 Złote serce (13)
11.55 Ojciec Mateusz 12 (157) – krym.
12.55 M jak Miłość (1434)
13.55 Ranczo 9 (116, 117)
15.50 Ranczo 10 (118)
16.45 Przepis dnia – mag.
16.55 Makłowicz w podróży
18.05 Ojciec Mateusz 9 (111)
18.55 Ranczo 5 (62) – obycz.
19.55 Okrasa łamie przepisy
21.35 07 zgłoś się (19, 20)
1.00 Boisko bezdomnych – film obyczajowy, Polska 2008 FILM
3.10 Jutro idziemy do kina – dramat obyczajowy, Polska 2007 FILM

TVP POLONIA

14.40 Komisarz Alex 11 (137)
15.25 Księga obyczaju
15.45 Wiadomości
15.55 Okrasa łamie przepisy
16.30 Baw się słowami (69, 70) – eduk.
16.55 Domisie – dla dzieci
17.20 Historia jednego obrazu (25) – fel.
17.30 Teleexpress
17.55 Santo subito 4. Nasz Święty – film dok.
18.55 Wszystko przed nami (16)
19.25 Magazyn z Ameryki (54) – magazyn
19.45 Dobranocka
20.00 Wiadomości, pogoda
20.40 Triduum Paschalne
20.50 Droga krzyżowa z udziałem papieża Franciszka
22.45 Faustyna – dram. obycz., Polska 1994 FILM

TVP HISTORIA

10.35 Historia jedzenia po amerykańsku (6-ost.)
11.30 Kościół i świat Jana Pawła II – film dok.
12.05 PKF – cykl dok.
12.25 Czas honoru (25)
13.20 Mont Saint – Michel: Opactwo na skale
14.25 Odkryć tajemnicę (2)
15.30 Warszawa. Zmartwychwstałe miasto
16.30 Tora i miecz – dok.
17.35 Poszukiwacze skarbów (3) – dok.
18.10 Ex Libris
18.30 PKF – cykl dok.
18.45 Przedwiośnie (6-ost.)
19.45 Żołnierz Niezłomny Kościoła – film dok.
21.05 Utracony świat Aleksandra Wielkiego (4)
22.00 Św. Faustyna w blasku miłosierdzia
0.00 Sensacje XX wieku

TVP KULTURA

12.00 Którędy po sztukę
12.15 Kamizelka – film obyczajowy, Polska 1971
13.10 Mistrz – dramat obyczajowy, Polska 1966 FILM
14.35 Studio Kultura – rozmowy – mag.
14.50 Via Crucis – koncert
16.10 Jak daleko stąd, jak blisko – dramat obyczajowy, Polska 1971 FILM
18.00 Jonasz w brzuchu Lewiatana – film dok.
19.05 Teledyski – mag.
19.30 Koło pióra – kult.
20.00 Informacje kulturalne
20.20 Wieczór kinomana
20.25 Nostalgia – dram. obycz., Włochy/ZSRR/Francja 1983 FILM
22.40 Eufonie: Arvo Pärt – nowe oblicze współczesnej duchowości – koncert

TVP ABC

12.50 Stacyjkowo – anim.
13.00 Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię kocham
13.15 Bella i Sebastian
13.30 Masza i Niedźwiedź
13.35 Krecik i panda
13.55 Księga Ksiąg – anim.
14.25 Dzień, w którym Heniś poznał... – anim.
14.40 Tabaluga – anim.
15.10 Margolcia i Miś zapraszają dziś (158)
15.25 Kasia i Mim-Mim
15.40 Domisie (410)
16.10 Nela Mała Reporterka (15) – mag.
16.30 Dinotrux – anim.
17.00 Rescue Bots 3 – anim.
17.25 Robot Trains – anim.
17.45 Wissper – anim.
18.05 My Little Pony
18.30 Shimmer i Shine
19.00 Wieczorynka
20.05 Masza i Niedźwiedź

TV TRWAM

12.20 Misterium Muzyczne Droga Krzyżowa
14.00 Cuda Jezusa (35)
15.00 Modlitwa w Godzinie Miłosierdzia...
15.20 Mocni w wierze
15.50 Ma się rozumieć
16.00 Informacje dnia
16.10 Ziemia mojego Zbawiciela – cykl rep.
17.00 Liturgia Wielkiego Piątku...
19.00 Ziemia mojego Zbawiciela – cykl rep.
19.30 Jezus. Królestwo bez granic (23)
20.00 Informacje dnia
20.20 Różaniec
20.50 Myśląc Ojczyzna
21.00 Wielki Piątek
21.15 Droga krzyżowa...
23.00 Pasja
23.40 Petra – tajemnicze miasto – reportaż

HIT DNIA DVB T STACJE DOSTĘPNE ZA DARMO W NAZIEMNEJ TELEWIZJI CYFROWEJ

TV4 DVB

6.00 **Buffy, postrach wampirów 4** (17)
7.05 **Przygody Kota w Butach** (32)
7.35 **Dragon Ball Super** (15)
8.00 **Nasz nowy dom** (117)
9.00 **Septagon** (63) – krym.
10.00 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 2** (18)
11.25 **SuperPies** (15) – mag.
11.55 **Mecenas Lena Barska 2** (13) – obycz.
13.00 **Detektywi w akcji** (163) – fab.-dok., Pol.
14.00 **STOP Drogówka**
15.00 **Policjantki i Policjanci** (528)
16.00 **Gliniarz i prokurator 4** (65) – krym., USA 1990
17.00 **Joker** (65) – telet.
18.00 **Septagon** – krym., Pol.
19.00 **Policjantki i Policjanci** (529)
Pewna kobieta twierdzi, że mechanik celowo psuje jej samochód, by wracała do warsztatu. Oskarżony nie przyznaje się do winy.
20.00 **Gwiazdy Kabaretu** (20)

W roli gospodarza lider Kabaretu Młodych Panów i twórca popularnych monologów, Robert Korólczyk. Towarzyszyć mu będą artystki z Kwartetu Obsession (zdj.).
(Polska 2018-2019, 60')
21.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (285, 286) – krym.
Walczak i Wach prowadzą sprawę zabójstwa bezdomnego. Koledzy ofiary twierdzą, że ktoś na nich poluje.
23.00 **Zmartwychwstały** FILM – dramat obyczajowy, USA 2016, 135 min
1.15 **Zagadkowe zgony** (9, 10) – dok., Kanada

TVN 7 DVB

5.00 **Prawo Agaty** (8)
6.00 **Ukryta prawda** (542)
7.00 **Sąd rodzinny** (58)
7.55 **Szpital** (256)
8.50 **Big Brother** (24)
9.50 **Big Brother Pobudka** (25) – reality show
9.55 **Zakochani po uszy** (56) – telen., Polska
10.35 **Mango** – telezakupy
12.10 **19+** (73, 74) – paradok.
13.15 **Ukryta prawda** (320)
14.15 **Big Brother Popołudnie** (25)
14.20 **Sąd rodzinny** (59)
15.20 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (96)
16.20 **Szpital** (257)
17.20 **Big Brother Podwieczorek** (25)
17.25 **Prawo Agaty** (9)
18.25 **Przyjaciele** (12)
Ross spiera się z Chandlerem, kto jest autorem umieszczonego w gazecie dowcipu.
18.55 **Ugotowani** (5)
20.00 **Big Brother** (25) – reality show
21.00 **Królewna Śnieżka i Łowca** FILM

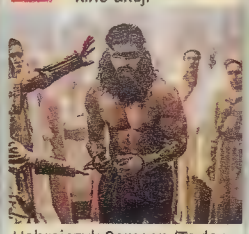
Magiczne lustro zapowiada Ravennie (Charlize Theron), że przez pasierbicę Śnieżkę (Kristen Stewart, zdj.) straci władzę. Królowa zleca Łowcy, by sprowadził do niej dziewczynę. Ten się jednak buntuje.
(USA 2012, 160')
23.40 **Lot 93** – dramat FILM sensacyjny, Francja/USA/Wielka Brytania 2006, 140 min
11 września 2001 roku. Terroryści uprowadzają w USA cztery samoloty. Pasażerowie jednego z nich podejmują heroiczną walkę z zamachowcami.

TV PULS DVB

6.00 **Słodka miłość** (25)
7.00 **Zbuntowany anioł** (203) – telenowela
8.00 **Lombard. Życie pod zastaw 4** (185)
9.00 **Rodzinny interes** (34)
10.00 **Zaklinaczka duchów 3** (50)
11.00 **Kobra – oddział specjalny** (14, 1)
13.00 **Agenci NCIS: Los Angeles 5** (23, 24)
15.00 **Lombard. Życie pod zastaw 2** (61)
16.00 **Rodzinny interes** (34, 35) – obycz., Pol.
Wojtek i Jola są załamani stanem Sebastiana, który po wypadku trafił do szpitala.
18.00 **Lombard. Życie pod zastaw 4** (185)
Ignacy mieszka z matką, która go utrzymuje. Kobieta oddaje do lombardu jego konsolę.
19.00 **Lombard. Życie pod zastaw 4** (186) – obycz., Polska

PRZYGODOWY

20.00 **Samson** FILM – kino akcji



Hebrajczyk Samson (Taylor James, zdj.) to wojownik o nadprzyrodzonej sile. Jego zadaniem jest wyzwolić lud Izraela z niewoli. Wchodzi w konflikt z okrutnym księciem Filistynów.
(USA 2018, 130')
22.10 **Mechanik: Konfrontacja** FILM – film sensacyjny, Francja/USA 2016, 120 min
Płatny morderca Arthur Bishop postanawia rozpocząć nowe życie u boku ukochanej Giny. Jednak w jego branży nie jest to możliwe.
0.10 **Replikant** – thriller FILM s.f., USA 2001, 120 min

POLSAT 2

6.00 **Disco gramy** – muz.
7.00 **Dzień, który zmienił moje życie** (115)
8.00 **Dlaczego ja?** (822)
9.05 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (32)
9.35 **Stołeczna drogówka** (24) – dok., Polska
10.00 **Na ratunek 112** (151)
10.30 **Sekrety rodziny** (43, 44) – paradok., Pol.
12.30 **Nasz nowy dom** (34)
13.30 **Ewa gotuje** (250, 251)
14.30 **Trudne sprawy** (827, 828) – paradok.
16.30 **Nasz nowy dom** (35)
17.30 **Malanowski i partnerzy** (215-217)
19.00 **Gliniarze** (99) – serial paradok., Polska 2017
Para młodych ludzi włamuje się do mieszkania. Podczas miłosnych igraszek przypadkowo odkrywają oni zwłoki należące do właścicielki domu.
20.05 **Wydarzenia**

WOJENNY

20.45 **Tajemnica Westerplatte** FILM

1 września 1939 roku. Niemiecki pancernik atakuje bazę wojskową na Westerplatte. Polską obroną dowodzi major Henryk Sucharski (Michał Żebrowski, zdj.).
(Polska/Litwa 2013, 155')
23.20 **Metro strachu** FILM – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2009, 130 min
Podziemne korytarze stają się areną rozgrywki między grupą bandytów a kontrolerem ruchu. Jej stawką jest życie pasażerów.
1.30 **Kabaretowa Ekstraklasa** – pr. rozr.
1.40 **Wydarzenia**

TVP INFO DVB

5.39 **Serwis Info**
5.57 **Agropogoda** – pr. inf.
5.59 **Serwis Info**
6.29 **Wstaje dzień** – pr. inf.
6.30 **Serwis Info**
6.39 **Wstaje dzień** – pr. inf.
6.45 **Serwis Info**
6.50 **Wstaje dzień** – pr. inf.
7.50 **Agrobiznes** – mag.
7.55 **Agropogoda** – pr. inf.
8.00 **Wiadomości**
8.10 **Minęła ósma** – publ.
9.00 **Serwis Info**
9.09 **Minęła dziewiąta**
10.00 **Serwis Info**
17.00 **Teleexpress**
17.15 **Teleexpress Extra**
17.32 **O co chodzi** – publ.
18.00 **Panorama**
18.20 **Panorama opinii**
18.32 **Serwis Info**
18.42 **Widziane z Polski**
19.00 **Serwis Info**
19.30 **Wiadomości**
19.58 **Gość „Wiadomości"**
20.13 **Minęła dwudziesta**
21.00 **Nie da się ukryć**
21.28 **Flesz Info Wieczór**
21.40 **Studio LOTTO**

PUBLICYSTYCZNY

21.50 **W tyle wizji** – magazyn

Wieczorny program publicystyczny, w którym grupa wyróżniających się poczuciem humoru satyryków i felietonistów, wśród nich Marcin Wolski (zdj.), podsumowuje wydarzenia dnia.
(Polska 2016-2019, 41')
22.31 **W tyle wizji extra**
23.00 **INFO wieczór**
23.30 **W akcji** – cykl rep.
Materiały poświęcone pracy policjantów, ratowników i służb interwencyjnych.
23.55 **Serwis Info**
0.07 **Pogoda Info**
0.20 **Wiadomości**
0.48 **Gość „Wiadomości"**
1.15 **Forum** – pr. publicyst.

TVP 3 TVP 3 DVB

7.00 **Program lokalny**
9.05 **Sprawa dla reportera**
10.10 **Mój pies i inne zwierzaki** – magazyn
10.30 **Co niesie dzień**
10.45 **Włoska kuchnia jak u babci** (4): Graffignano
11.10 **Polska z Miodkiem** (30): Gdańsk – mag.
11.20 **Wszystko dla pań** (7)
12.15 **Ekstremalni** – rep.
12.30 **Program lokalny**
13.00 **Kryminalna siódemka** – magazyn
13.15 **Co niesie dzień**
13.35 **Agrobiznes** – mag.
13.55 **Agropogoda** – pr. inf.
14.00 **Program lokalny**
15.00 **Jedyny prawdziwy – niezwyczajna Droga Krzyżowa w farze poznańskiej**
16.30 **Kryminalna siódemka** – magazyn
16.45 **Dziennik regionów – tematy dnia** – inf.
17.00 **Świat wyścigów konnych** – magazyn
17.30 **Program lokalny**

MAGAZYN

20.00 **Weterynarze z sercem** (8) – przyr.

W tym odcinku wizyta w Pomorskim Ośrodku Rehabilitacji Dzikich Ptaków i Drobnych Ssaków „Ostoja" w kaszubskiej wsi Pomieczyno.
(Polska 2016, 30')
20.30 **Moja praca** – mag.
21.00 **Program lokalny**
21.30 **Tygodnik polityczny**
21.50 **Sport**
22.00 **Dziennik regionów**
22.20 **Echa dnia** – pr. publ.
22.45 **Kryminalna siódemka** – magazyn
23.00 **Alarm** – program interwencyjny
23.20 **Telekurier** – mag. rep.
23.45 **Królowa jednej nocy** (46)
0.40 **Ekstremalni** – rep.

TVS

6.25 **Przegląd prasy** – inf.
6.30 **Telezakupy**
9.35 **Szlagierowa telesprzedaż**
10.00 **Szlagierowa lista TVS**
12.00 **Koncert życzeń**
13.15 **Koncert w TVS** – muz.
15.10 **Śląska karuzela** – muz.
16.00 **Silesia flesz; Pogoda**
16.07 **Przegląd prasy** – inf.
16.10 **Kuchnia po śląsku**
16.45 **Kierunek zdrowie**
17.15 **Kalejdoskop regionów**
17.35 **Akcja rekrutacja** – inf.
17.45 **Silesia flesz; Pogoda**
17.55 **Muzyczne podróże**
18.45 **Koncert życzeń**
19.50 **U Bacy na cacy** – kult.
20.00 **Silesia flesz; Pogoda**
20.20 **Koncert życzeń**
21.20 **Śląska karuzela** – muz.
22.20 **Silesia flesz; Pogoda**
22.35 **Koncert w TVS** – muz.
23.50 **Śląska karuzela** – muz.

SUPER POLSAT DVB

6.00 **Flesz Integracja** – mag.
6.05 **Pierwsza klasa – short**
6.25 **Wydarzenia**
7.00 **Na ratunek 112** (228, 230) – paradok.
8.00 **Pierwsza klasa** (9, 10)
9.00 **Atleci** – magazyn
9.30 **Cafe Futbol** – mag.
11.30 **SuperLudzie** (17) – dok.
12.00 **Ameryka marzeń** (6)
13.00 **Przyjaciółki** (85-88)
17.00 **Ślubna gorączka** (6)
18.00 **Nasz nowy dom** (23, 31)
20.00 **Belle** – dramat FILM kostiumowy, Wielka Brytania 2013
22.10 **Polsat SuperHit Festiwal 2018** – koncert
23.00 **Australia** – melodram., FILM USA/Australia 2008
2.35 **Kabaretowa Ekstraklasa**

TVN FABUŁA

6.00 **Prosto w serce** (101, 102) – serial
7.10 **39 i pół** (4) – kom.
8.10 **Druga szansa** (3)
9.10 **Detektywi** (1012)
9.50 **BrzydUla** (48-50)
11.25 **Na Wspólnej** (1702, 1703) – obycz.
12.35 **39 i pół** (5) – kom.
13.35 **Druga szansa** (4)
14.35 **Detektywi** (1013)
15.15 **Inspektor Gadżet** FILM – kom., USA 1999
16.45 **Harry Potter i Czara Ognia** FILM – przyg., USA/Wlk. Bryt. 2005
20.00 **Niemożliwe** – dramat FILM katastroficzny, Hiszpania/USA 2012
22.25 **Grażyna Torbicka zaprasza** (2): Tomasz Wasilewski – magazyn
23.00 **Studio Munka: Córka** – film krótkometraż.

POLSAT FILM

6.00 **Stołeczna drogówka** (43)
6.30 **Nasz nowy dom**
7.30 **Przyjaciółki** (58)
8.30 **Czterej pancerni i pies** – wojenny
10.40 **Co mi zrobisz, jak mnie złapiesz** – kom., Polska 1978
12.55 **Doktor Dolittle 2** – kom., USA 2001
14.45 **Wyścig marzeń** – dramat biograficzny, USA 2005
17.00 **Super Tata** – komedia, USA 1999
19.00 **Shrek 2** – film FILM anim., USA 2004
21.00 **Gwiazdorski piątek: Kapitan Phillips** FILM – dramat biograficzny, USA 2013
23.50 **Elizjum** – dram. s.f., FILM USA 2013

ROMANCE TV

10.30 **Burza uczuć** (1889)
11.30 **Górski lekarz**
12.30 **Dom marzeń i inne katastrofy** – komedia, Niemcy 2016
14.20 **Inga Lindström: Nie zadzieraj z Lilli** FILM – melodramat, Szwecja/Niemcy 2015
16.15 **Burza uczuć** (1889)
17.15 **Górscy ratownicy**
18.10 **Rosamunde Pilcher: Kłopotliwa zamiana** FILM – melodramat, Niemcy 2016
20.00 **Górski lekarz**
21.00 **Górscy ratownicy**
21.55 **Katarzyna Luter** FILM – film biograficzny, Niemcy 2017
0.10 **Burza uczuć** (1889)
1.15 **Katarzyna Luter** – film biograficzny, Niemcy 2017

KINO POLSKA

7.40 **TV okazje**
8.15 **Jak zostałem Rosjaninem** (9, 10)
9.30 **Kop głębiej** – komediodramat, Pol. 2011
11.15 **Fusy** – film krótkometrażowy, Polska 2017
11.55 **TV okazje**
12.25 **Pejzaż horyzontalny** – film obycz., Pol. 1978
14.05 **Wiedzą sąsiedzi, jak kto siedzi** – komedia, Czechosłowacja 1980
15.55 **Gracze** – film sens., Polska 1995
18.00 **Kabaretowy rejs Deluxe** (14, 15) – rozr.
20.00 **Enduro bojz** – film FILM obycz., Polska 2000
21.55 **Dzień świra** – komediodram., Polska 2002
23.50 **Pokłosie** – dram. FILM obycz., Polska 2012
2.00 **TV okazje**

POLECANE DLA DZIECI TYLKO DLA DOROSŁYCH LIVE NA ŻYWO

TVP SERIALE

5.55 Korona królów (162)
6.25 Na sygnale (41, 42)
7.30 Czterdziestolatek (3)
8.35 M jak Miłość (1033)
9.30 Za marzenia 2 (7)
10.25 Na sygnale (42, 43)
11.30 Ranczo 4 (42, 43)
13.30 Ojciec Mateusz 14 (185, 186) – krym.
15.20 Na dobre i na złe (275) – obycz., Polska
16.15 Na sygnale (43)
16.50 Ranczo 4 (44, 45)
18.50 Na sygnale (45)
Ratownicy udzielają pomocy turyście, który zasłabł. Wiktor sądzi, że zatruł się grzybami. Tę samą potrawę zjadła także jego córka i wnuki.
19.30 Ojciec Mateusz 15 (187) – krym., Polska
Konwój przewożący kryminalistę do sądu ulega wypadkowi. Więzień ucieka do lasu. Możejko natychmiast zarządza obławę.

TTV

6.45 Express – inf., Polska
7.00 Ukryta prawda (546)
8.00 Handlarze (6)
8.45 Express – inf., Polska
9.00 Pogoda – inf., Polska
9.05 Patent na kasę (24)
9.35 Zamiana żon (6-ost.)
10.45 Express – inf., Polska
11.00 Pogoda – inf., Polska
11.05 Meksykańskie dynastie (2) – reality show
12.00 Damy i wieśniaczki. Rosja (5) – fab.-dok.
13.05 Ostre cięcie 9 (5)
13.50 Druga twarz 3 (2)
14.45 Patent na kasę
15.45 Express – inf., Polska
16.00 Pogoda – inf., Polska
16.05 Uwaga! – mag.
16.30 DeFacto 6 – flesz (8)
16.45 Wojny magazynowe 11 (13, 14)
17.45 Express – inf., Polska
18.00 Pogoda – inf., Polska
18.05 Królowe życia. Po godzinach (9)
18.15 Ostre cięcie 9 (8)
19.00 Ukryta prawda (424)
20.00 Vlogbox. W necie (7)

PULS 2

9.10 Blaze i megamaszyny
9.35 Marta mówi – anim.
10.00 Monchhichi – anim.
10.10 Reksio – anim.
10.25 Przygody kota Filemona – anim.
10.35 Baranek Shaun
10.55 Molang – anim.
11.15 Przytul mnie
11.30 Zaczarowany ołówek
11.45 Bolek i Lolek
11.55 Listonosz Pat
12.20 Kumple z dżungli – na ratunek! – anim.
12.35 Bob Budowniczy
12.45 Tomek i przyjaciele
13.00 Alvinnn!!! i wiewiórki
13.35 Całkiem nowe przygody Toma i Jerry'ego
14.35 Dom: Przygody Oha i Tip – anim.
15.00 Ben 10 2 – anim.
15.35 Krudowie: U zarania dziejów – anim.
16.35 Fineasz i Ferb
17.35 Pingwiny z Madagaskaru – anim.
18.35 Alvinnn!!! i wiewiórki
18.45 Psi Patrol

TV6

6.00 Top 10 – lista przebojów – pr. muz.
7.00 Strażnik Teksasu (176) – serial sens.
8.00 Medicopter 117 (35)
9.00 Nokaut (7) – kom.
10.00 Galileo (178)
11.00 VIP (19) – sens.
12.00 Miodowe lata (70, 33) – kom.
13.40 Sekrety sąsiadów (15) – obycz.
14.15 MacGyver (56)
15.15 Diagnoza: Morderstwo (74) – krym.
16.15 Drużyna A (22)
17.15 Paulina (67) – telen.
18.15 Miodowe lata (46, 84) – kom.
Karol usłyszał przypadkowo rozmowę, na podstawie której wywnioskował, że ma zostać menedżerem.
20.00 Galileo (179)
W programie nowe zabawy z wykorzystaniem systemu GPS, zwane geocachingiem.

STOPKLATKA TV

6.00 Stulatek – film krótkometrażowy
6.10 Złotopolscy (297, 298) – telen.
7.10 Plebania (161, 162)
8.15 Stawka większa niż życie (9, 10)
10.35 Allo, Allo (20-22)
12.25 Sekrety luksusowych hoteli (8) – dok.
13.25 Katastrofy w przestworzach (127, 128)
15.15 Dziesięć największych katastrof naturalnych (1, 2-ost.)
17.10 Umrzesz ze śmiechu – wpadki i wypadki (68, 69) – pr. rozr.
Kompilacja śmiesznych i kompromitujących sytuacji oraz fatalne popisy prawdziwych pechowców.
18.15 Next – thriller s.f., FILM USA 2007, 105 min
Agentka nakłania do współpracy jasnowidza, który ma ocalić kraj przed zagładą.

13 ULICA

6.00 Napisała: Morderstwo 6 (5) – krym.
7.00 Morderstwa w Midsomer 19 (1) – krym.
9.00 Mentalista 4 (13, 14)
11.00 Akta zbrodni (91-94)
13.00 Zabójcze umysły 3 (1, 2) – serial krym.
BAU prowadzi śledztwo w sprawie seryjnego mordercy. Mimo schwytania domniemanego sprawcy dochodzi do kolejnych zbrodni.
15.00 Mentalista 4 (15, 16)
Detektywi znajdują ciało opiekunki w ośrodku dla trudnej młodzieży. Z Patrickiem kontaktuje się świadek.
17.00 Kobra – oddział specjalny 19 (12, 13)
Alex i Semir zatrzymują pojazd, który przekroczył prędkość na autostradzie. Znajdują zwłoki mężczyzny.

20

20.25 Komisarz Alex 11 (142)

Policja dowiaduje się, że w Łodzi przypadkowo odnaleziono zaginione dzieło Caravaggia. Sprawa może być powiązana ze śmiercią pewnego profesora.
(Polska 2018, 55')
21.20 Ranczo 4 (46, 47)
Zmienne nastroje gospodyni dają się we znaki wszystkim na plebanii. Proboszcz i wikary sugerują Japyczowi zabranie Michałowej na wczasy.
23.25 Ojciec Mateusz 15 (188) – krym., Polska
0.20 Ojciec Mateusz 21 (270) – krym., Polska
1.15 Glina 2 (25-ost.)

20.40 Gogglebox. Przed telewizorem 10 (5)

Lubiani uczestnicy programu, m.in. Ewa Mrozowska-Kozłowska i Sylwia Bomba (obie na zdj.), komentują znane produkcje telewizyjne.
(Polska 2019, 65')
21.45 Express – inf., Polska
21.58 Pogoda – inf., Polska
22.00 Dżentelmeni i wieśniacy 3 (2)
Trzecia seria show, w którym dwóch różniących się wszystkim panów na trzy dni zamienia się miejscami.
23.00 Królowe życia 6 (8)
23.40 Królowe życia 4 (4)
0.25 Usterka 11 (4)
1.05 Patent na kasę (24)
1.35 Tabu Polska (9) – dok.

ANIMOWANY

19.15 Blaze i megamaszyny

Blaze zamienia się w auto pomocy drogowej i wraz z AJ-em oraz Gabbym rusza na pomoc Striperowi.
(USA 2016, 25')
19.40 Alvinnn!!! i wiewiórki – anim.
20.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (176, 177)
22.00 Kula – thriller s.f., FILM USA 1998, 170 min
Naukowcy badają wrak spoczywający na dnie oceanu. Znajdują ogromną kulę o dziwnych właściwościach.
0.50 Nora Roberts: Księżyc nad Karoliną – dramat obycz., USA/Kanada 2007, 115 min FILM

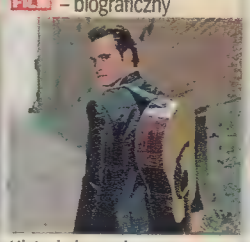
KRYMINALNY

21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku

Ekipa bada śmierć dziewczyny. Ślady wskazują, że ostatnie godziny spędziła w błękitnym wagonie metra, który w nocy zamienia się w ekscentryczny klub.
(USA/Kanada 2006, 120')
23.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (9)
Stasiak i Przybylska zajmują się sprawą zbiegłego więźnia. Matka mężczyzny trafiła do szpitala pobita przez konkubenta.
0.00 Shaolin – film sens., FILM Hongkong/Chiny 2011, 160 min
2.40 Top 10 – lista przebojów – muz., Polska

DRAMAT

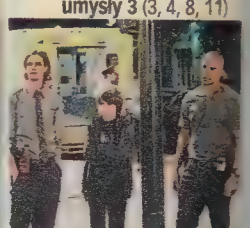
20.00 Spacer po linie FILM – biograficzny



Historia legendarnego amerykańskiego muzyka. Johnny Cash (Joaquin Phoenix, zdj.) po latach niepowodzeń podpisuje ważny kontrakt, który pozwala mu rozpocząć międzynarodową karierę.
(USA 2005, 170')
22.50 Oni – horror, USA FILM 1998, 125 min
Jeden z uczniów znajduje na boisku dziwną larwę. Nauczyciel biologii sądzi, że to nieznany dotąd gatunek owada. Placówkę opanowują kosmici.
0.55 Wrota do piekieł – horror, USA 2009, 115 min

KRYMINALNY

19.00 Zabójcze umysły 3 (3, 4, 8, 11)



Detektywi prowadzą śledztwo w sprawie seryjnego mordercy, który poluje na osoby z zaburzeniami psychicznymi. Wiele wskazuje na to, że poszukiwanym jest lekarz psychiatrii. Na ofiary wybiera pacjentów.
(USA/Kanada 2007, 240')
23.00 Mentalista 4 (15, 16)
1.00 Prawo i porządek: Sekcja specjalna 16 (12, 13) – krym.
Amaro nie przyjmuje zaproszenia na ślub swojego ojca. W czasie ceremonii dochodzi jednak do bójki. Mężczyzna musi wystąpić w roli świadka.

TVP SPORT

6.05 Podnoszenie ciężarów: ME w Batumi
7.50 Retro TVP Sport
9.45 Hokej: NHL – mecz: Carolina Hurricanes – Washington Capitals
11.50 Jeździectwo: Cavaliada Tour w Warszawie – 4. dzień
13.50 Łyżwiarstwo figurowe: ME w Mińsku
15.40 Skoki narciarskie: Zawody Pucharu Świata
18.00 Opowieści o mundialu
19.00 Ring TVP Sport
20.00 Piłka nożna: Puchar Włoch – ćwierćfinał: AC Milan – SSC Napoli
21.55 Sportowy wieczór
22.35 Marzenia – oficjalny film o MŚ FIFA 2018 w Rosji – film dok.
0.10 Hokej: NHL

EUROSPORT 1

12.00 Kolarstwo: Tour of Turkey – 4. etap LIVE
14.00 Snooker: Turniej Masters w Londynie
16.00 Wyścigi superspor-tów: MŚ w Assen
16.45 Wyścigi superbike'ów: MŚ w Assen
17.30 Watts Top 10 – mag.
18.00 Kolarstwo: Tour of Turkey – 4. etap
18.55 Wiadomości Eurosportu
19.00 Wyścigi samochodowe: FIA Formula E Championship w Rzymie – podsumowanie
20.00 Watts Top 10 – mag.
20.30 Kolarstwo: Tour of Turkey – 4. etap
22.00 Snooker: Turniej Masters w Londynie
23.25 Wiadomości Eurosportu

POLSAT SPORT

7.00 7. strefa – mag.
8.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – mecz półfinałowy fazy play-off
11.00 Tenis: Turniej ATP LIVE w Monte Carlo – 1. mecz ćwierćfinałowy
13.00 Tenis: Turniej ATP LIVE w Monte Carlo – 2. mecz ćwierćfinałowy
15.00 Tenis: Turniej ATP LIVE w Monte Carlo – 3. mecz ćwierćfinałowy
17.30 Siatkówka mężczyzn: LIVE PlusLiga – półfinał: Jastrzębski Węgiel – ONICO Warszawa
20.15 Piłka nożna: Fortuna LIVE 1. liga: ŁKS Łódź – Sandecja Nowy Sącz
23.00 Boks
1.00 Sporty walki: Gala Babilon MMA 7 w Żyrardowie

POLSAT PLAY

7.00 Dorwać tuńczyka (6)
8.00 Gangland (1)
9.00 Pogromcy mitów (48)
10.00 Malanowski i partnerzy (613-616)
12.00 Autostrada przez piekło (5)
13.00 Polska w monitoringu
14.00 Hardkorowy lombard
15.00 1000 sposobów na
16.00 Top 20 – Umrzesz ze śmiechu (17)
17.00 Hardkorowy lombard
18.00 Cuda współczesnej techniki: 10 najciekawszych zawodów
19.00 Poszukiwacze historii
20.00 Autostrada przez piekło (6)
21.00 Więzienie (28)
21.30 Chłopaki do wzięcia
22.00 Kioszard story (3)
22.30 Łowca pedofilów (54)
23.00 Polska w monitoringu

TVN TURBO

11.00 Najlepsze samochody lat 90. (8)
11.30 Zakup kontrolowany: Pierwszy samochód
12.15 Zwycięzca bierze wszystko (3)
13.15 Zawodowi handlarze
14.00 Wypad z kraju (2)
14.45 Zakup kontrolowany
15.45 Samochód marzeń – kup i zrób (8) – mag.
16.45 Uwaga! Pirat! (18)
17.30 Nowy gadżet (2)
18.00 Raport Turbo
18.15 Samochód marzeń – kup i zrób (6) – mag.
19.15 Niezwykłe rozbiórki
19.45 Absurdy drogowe (7)
20.15 Zawodowi handlarze
21.00 Mistrzowie wpadek
22.00 Raport Turbo
22.15 Składaki z Las Vegas
23.15 Służba więzienna (7)
0.00 Klimek kontra Duda

POLO TV

6.00 To hit! – pr. muzyczny
6.05 Pobudka z Polo TV!
7.00 To hit! – pr. muzyczny
7.05 Pobudka z Polo TV!
8.00 To hit! – pr. muzyczny
8.05 Najlepsze z najlepszych! – pr. muzyczny
9.00 To hit! – pr. muzyczny
9.15 Disco Studio
11.15 Dance w Polo TV
12.00 To hit! – pr. muzyczny
12.05 Dance w Polo TV
13.00 To hit! – pr. muzyczny
13.05 Tego słuchacie
14.30 Selfie z fanem – muz.
16.00 Lista przebojów Polo TV – pr. muz.
16.30 Playlista gwiazd
17.15 Disco Studio
19.15 Video Mix – pr. muz.
20.00 Imprezownia w Polo TV – pr. muz.
23.00 To hit! – pr. muzyczny
23.05 Disco noc w Polo TV!

AXN

6.10 Iluzja (1-3) – krym..
9.00 Ghost Rider – thriller, USA/Australia 2007, 135 min
11.15 Karate Kid – film przygodowy, USA 1984, 155 min
Nastoletni Daniel postanawia trenować wschodnie sztuki walki. Jego nauczycielem zostaje pan Miyagi.
13.50 Designated Survivor (1-4) – serial kryminalny, USA 2016
Kilka godzin po ataku na Kapitol Thomas Kirkman przejmuje dowodzenie nad siłami zbrojnymi USA.
17.45 Bezsenność w Seattle – kom. romant., USA 1993, 130 min
FILM
Syn wdowca chce znaleźć ojcu (Tom Hanks) nową partnerkę. Jego wybór pada na sympatyczną dziennikarkę.

19.55 Turysta – thriller
FILM

Podróżujący po Europie Amerykanin (Johnny Depp, zdj.) poznaje piękną agentkę Interpolu. Wplątuje go ona w międzynarodową aferę. (USA/Francja 2010, 125')

22.00 Terminator: Ocalenie – thriller s.f., USA/Niemcy/Wlk. Bryt./Włochy 2009, 135 min
FILM
Nieliczna grupa śmiałków toczy walkę z robotami, których celem jest eliminacja wszystkich ludzi.
0.15 Zabójcy – sens., USA/Fr. 1995, wyk. Antonio Banderas, 145 min
2.40 Zabójcze umysły 14 (3) – serial kryminalny

TVP ROZRYWKA

DVB-T

8.45 Prywatne życie zwierząt 2 (6)
9.15 Koło fortuny (458)
9.50 Lidzbarskie Wieczory Humoru i Satyry
10.55 Muzeum Polskiej Piosenki (126)
11.05 Piosenki Mariana Kociniaka
11.30 Familiada – telet.
12.00 Rodzina wie lepiej
12.30 Humor Wiesława Michnikowskiego
13.35 Lidzbarskie Wieczory Humoru i Satyry
14.40 The Wall. Wygraj marzenia (35) – telet.
15.40 Kabaretowa Noc Listopadowa Gdynia 2010 (1-3) – pr. rozr.
18.20 Okrasa łamie przepisy
18.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
19.20 To je Borowicz. Podróże ze smakiem (7)
19.50 Rodzina wie lepiej (17) – teleturniej
20.15 Psalmy dla ciebie

KONCERT

20.50 Woła Nas Pan. Oratorium Wielkanocne...

Poetycko-muzyczna opowieść o kondycji człowieka wobec tajemnicy zmartwychwstania. Występuje m.in. Zbigniew Wodecki (zdj.). (Polska 1999, 60')

21.50 Postaw na milion
W zabawie bierze udział dwoje uczestników. Żeby wygrać milion, muszą odpowiedzieć na 8 pytań.
22.50 The Wall. Wygraj marzenia (45)
23.50 Lidzbarskie Wieczory Humoru i Satyry
0.55 Koło fortuny (457)
1.35 Kabaretowa Noc Listopadowa Gdynia 2010 (1-3)

ATM ROZRYWKA

DVB-T

6.00 Disco Gramy – muz.
7.00 TV Okazje – magazyn
7.30 Awantura o kasę (108, 109) – teleturniej
9.20 Gra w ciemno (224)
10.20 Pierwsza miłość (2862) – serial obycz.
11.05 Ewa gotuje (293, 294)
12.00 Zawodowiec amator
13.00 Słoiki (23)
14.00 Małolaty (56)
15.00 Urlop Polaka (4, 5)
16.00 Świat według Kiepskich (453, 454)
17.00 Detektoryści (2, 3)
18.20 Graczykowie, czyli Buła i spóła (63)
Pan Rumian chce otworzyć wraz z Bułą studio filmowe i egzaminować młode kandydatki do występów w reality show.
19.00 Słoiki (23)
Tomek i Sylwia wynajmują mieszkanie z zaprzyjaźnionym małżeństwem. Szybko pojawiają się problemy.

KOMEDIOWY

20.00 Plebs (6, 7) – serial

W trakcie Saturnaliów Marcus postanawia spróbować poderwać Cynthię. Kobieta jednak dochodzi do wniosku, że jest... opętana. (Wielka Brytania 2018, 60')

21.00 Peep Show (45)
21.30 Na rybę (29)
Miłośnicy wędkowania nadal spędzają czas w Norwegii, gdzie poznają nowe gatunki lokalnych ryb.
22.00 Polskie dziary (8)
22.30 Świat według Kiepskich (253, 254)
23.30 Słoiki (23) – paradok.
0.30 TV Okazje – magazyn
1.00 Słoiki (5) – paradok.
2.00 Małolaty (55)

TVN STYLE

5.10 Wiem, co jem, i wiem, co kupuję (4)
5.55 Wiem, co kupuję (3)
6.25 Beauty ekspert (8)
6.55 W dobrym stylu (8)
7.40 Sablewskiej sposób na modę (7)
8.25 Apetyt na miłość (3)
9.25 W czym do ślubu? (4)
10.00 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (9)
10.45 Perfekcyjna pani domu (13)
11.45 Kuchenne rewolucje (13)
12.45 Eks-tra zmiana (3)
13.45 Nowa misja ratunkowa (7)
14.45 W czym do ślubu? (12, 4)
15.45 Śluby marzeń (4)
16.45 Subiektywny ranking naj... (4)
17.20 Tak powstaje
17.50 Kuchenne rewolucje (13)
18.55 Pani gadżet extra
19.30 Ugotowani (63, 64)

DOKUMENTALNY

20.40 Uzależnienie od ekranu

Już w wieku trzech lat człowiek uzależnia się od urządzeń elektronicznych. Ich oddziaływanie ma duży wpływ na rozwój mózgu. (Francja 2018, 70')

21.50 Jerozolima – między niebem a ziemią
Twórcy filmu podążają śladami Jezusa w ostatnich dniach przed jego śmiercią.
22.25 Miłość od kuchni (7)
23.25 Kto tu mieszka? (6)
0.10 Sablewska od stylu. Na okazje (7)
0.55 Kafejka szczerych wyznań (1)
1.55 Wiem, co jem (6, 2)
2.55 W roli głównej (3-6)

FOKUS TV

DVB-T

6.00 Wehikuł czasu
6.05 Redakcja: Dział Śledczy (21): Dziewczyna na medal
7.05 Wehikuł czasu
7.30 Wędkarz na tropie (4-6)
8.55 Supersamoloty bojowe (1): C-17
9.55 Gwiazdy lombardu (32, 33)
10.50 Starożytni kosmici (12)
11.50 Pokonać dziki Jukon (8)
12.55 Na lodowym szlaku (11)
13.55 Kryptonim szef (1)
14.45 Gwiazdy lombardu (34, 35)
15.45 Misja skarb (5)
16.40 Supersamoloty bojowe (2). Chinook
17.45 Premiera: Fabryka jedzenia (8)
18.20 Wojny magazynowe (10-13)
20.00 Wojny magazynowe (14-17)

DOKUMENTALNY

21.50 Wielkie konstrukcje III Rzeszy (3, 4)

Wilczy Szaniec to tajna kwatera Hitlera, zbudowana z betonu i stali. Schron mieści się w Gierłoży koło Kętrzyna i był użytkowany w latach 1941-1944. (Wielka Brytania 2015, 120')

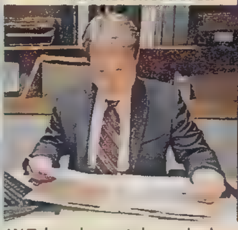
23.50 Misja skarb (2)
Prospektor, Killer i Mario zjawiają się w Czyżowie Szlacheckim. Według podań stał tam niegdyś zamek.
0.50 Pod lupą (9)
Szczegóły projektu Uniwersytetu w Waszyngtonie i Google'a, które połączyły miliony zdjęć z internetu.
2.00 Lista Fokusa (48, 49)

ID

6.00 Mroczne sekrety małżeńskie – dok.
6.25 Zbrodnia (nie)doskonała
7.10 Detektyw do zadań specjalnych – dok.
8.00 Oczami ofiary – dok.
9.00 Śmierć na pustkowiu
10.00 Krwawa układanka
11.00 Mój sąsiad morderca
12.00 Krwawa układanka
13.00 Zaginieni – serial dok.
14.00 Przerwana sielanka
16.00 Detektyw do zadań specjalnych – dok.
17.00 Oczami ofiary – dok.
18.00 Śmierć na pustkowiu
19.00 Główny podejrzany
Kiedy Susan została informatorką FBI, z dnia na dzień liczba jej wrogów wzrosła.
20.00 Mój sąsiad morderca
Stephen i Becky sprawiali wrażenie idealnie dobranej, szczęśliwej pary. Wszystko to jednak okazało się oszustwem.

DOKUMENTALNY

21.00 Robert Durst: milioner morderca



W Teksasie zostają znalezione bezgłowe zwłoki. Podjęty przez policję trop prowadzi do Roberta Dursta. Mężczyzna wkrótce ucieka. (USA 2019, 120')

23.00 Połączeni zbrodnią
Bransi pokochała słynnego skatera, znanego jako Gator. Mężczyzna utrzymywał, że odnalazł Boga, ale jego plany temu przeczyły.
0.00 Pamięć do zbrodni (1)
Pat był detektywem w Nashville przez 25 lat. W pracy pomagała mu jego fotograficzna pamięć.
1.00 Zbrodnie i kary

TLC

6.00 Salon sukien ślubnych
6.25 Wiza na miłość
7.10 Sześć razy córka
9.00 Historie wielkiej wagi – dalsze losy
11.00 Niezwykłe przypadki medyczne
11.30 Klinika urody gwiazd
12.00 Mała piękność
13.00 Premiera: Zawody 24
13.30 Sprzątaczki
14.15 Idealna niania
15.00 Sześć razy córka
16.00 Historie wielkiej wagi
18.00 Klinika marzeń
19.00 Historie wielkiej wagi
21.00 Operacje w Tajlandii
22.00 Premiera: Surowi rodzice – reality show
23.00 Pasjonaci czy wariaci – Pogrzeby
23.30 Seks Polaków
0.00 Żony Hollywood

POLSAT CAFE

6.00 W bliskim planie
6.30 Suknia jak marzenie
7.00 Uciekające panny młode
8.00 Salonowe rewolucje
8.30 Horodyńska Trend
9.00 Małolaty
10.00 Szpital dziecięcy
11.00 Shopping Queen
12.00 Gwiazdy na dywaniku
12.30 Młodzi milionerzy
13.00 Zdrowie na widelcu
13.30 Bake Off Junior
14.00 Forsa ze śmieci
15.00 Oskarżone
16.00 Niewolnicy wyglądu
17.00 Nasz nowy dom
18.00 Sekrety rodziny
19.00 Z kamerą u Kardashianów
20.00 Oszukane
21.00 Jak matka z córką
22.00 Gry małżeńskie
23.00 Zdrady

HGTV

10.15 Moje miasto, mój dom 2 – pr. rozr.
11.15 Szaleństwo minidomów 4 – rozr.
12.15 Na dobrych fundamentach 3
13.15 Raj za pół ceny – rozr.
13.45 Pierwszy remont
14.15 Pierwszy remont 7
14.45 Zarobić na remoncie
15.15 Nowe życie na wyspie 9 – pr. rozr.
16.15 Domy z potencjałem 4
17.15 Dorota was urządzi!
18.00 Łowcy domów do remontu 14 – pr. rozr.
19.00 Łowcy domów do remontu – pr. rozr.
20.00 Wymarzony pokój
21.00 Walka o kuchnię 6
22.00 Domowe rewolucje 3
23.00 Zgłoś remont 4

DOMO+

11.30 Najwspanialsze ogrody świata 2
12.00 Gardeners' World 8
12.30 Daleko od miasta 4
13.00 Telesprzedaż
14.05 Express domowy
14.15 Wielkie marzenia w małych przestrzeniach 3
15.20 Gardeners' World 9
16.30 Meblokreacje 4
17.00 Rośliny Karoliny 3
17.30 Ucieczka na wieś 15
19.15 Wielkie projekty: Australia 7
20.10 Cudotwórcy: Brat kontra brat 6
21.00 Małe i wspaniałe 7
21.50 Express domowy
22.00 Cudotwórcy 4
23.40 Tomasz Pągowski: projekt LOKALny 2
0.10 Cudotwórcy: Brat kontra brat 6

NATIONAL GEOGRAPHIC

8.00 Najniebezpieczniejsze drogi świata
10.00 Katastrofa w przestworzach
12.00 Niszczycielskie żywioły
13.00 Tajne bunkry mafii
14.00 Korzenie dyktatury
15.00 Fabryki smaku
16.30 Anatomia głupoty
17.00 Anatomia głupoty 4
18.00 Pułapki umysłu
19.00 Fabryki smaku
20.00 Katastrofa w przestworzach
21.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy: Uzbrojenie i taktyka
22.00 Bomby balonowe i wypadki z bronią jądrową
23.00 Wojna na własne oczy

DISCOVERY CHANNEL

6.00 Na bagnach Florydy
6.25 Fani czterech kółek
7.10 Najniebezpieczniejszy zawód świata
8.00 Jak to jest zrobione?
9.00 Alaska: Ostatni przystanek: Ogień i lód
10.00 Łowcy opali
11.00 Bimbrownicy
12.00 Wyprawa w nieznane z Edem Staffordem
13.00 Nagi instynkt przetrwania
14.00 Ekstremalna Alaska
15.00 Złomowisko PL
16.00 Gorączka złota
18.00 Lotnisko
19.00 Złomowisko PL
21.00 Premiera: Lotnisko
22.00 Handel USA
23.00 Złomowisko PL
0.00 Fani czterech kółek
1.00 Polscy truckersi
2.00 Stacja Australia

POLECANE DLA DZIECI · TYLKO DLA DOROSŁYCH · LIVE NA ŻYWO

TVP 1

5.35 Klan (3470, 3471) – telen., Pol. '19
6.25 Sprawa dla reportera – magazyn
7.20 Rok w ogrodzie (740) – magazyn
7.45 Rok w ogrodzie extra – magazyn
8.00 Pełnosprawni (297) – magazyn
8.25 wojsko-polskie.pl (49) – cykl rep.
8.50 Studio Raban – magazyn
9.15 Rodzinny ekspres – magazyn
9.45 Napoleon – film familijny, Australia/Japonia 1995, 95 min
11.20 Wiosenne opowieści – film dok.
12.25 Fascynujący świat: David Attenborough. Opowieść o jajku – film dokumentalny, Wielka Brytania '18
13.30 Okrasa łamie przepisy – magazyn
14.05 Wiktoria 2 (5) – serial kostiumowy, Wielka Brytania 2017
15.10 Jack Hunter i zaginiony skarb Ugaritu – film przygodowy, USA 2008, 110 min
17.00 Teleexpress
17.30 Koncert Wielkopostny – koncert
18.30 Stulecie Winnych (7) – serial obyczajowy, Polska 2019
19.25 Sport
19.30 Wiadomości, pogoda
20.10 Orędzie abpa Marka Jędraszewskiego na Wielkanoc
20.20 Sanatorium miłości – reality show

TVP 2

5.20 Barwy szczęścia (2046-2048)
7.00 M jak Miłość (1437) – serial obyczajowy, Polska 2019
7.55 Pytanie na śniadanie – mag.
11.30 To je Borowicz. Podróże ze smakiem (20) – magazyn kulinarny
12.00 Mały Książę – film animowany, Francja/Kanada 2015, 120 min
Mała dziewczynka poznaje ekscentrycznego sąsiada, starego pilota. Słucha jego opowieści o dobroduszym chłopcu z dalekiej planety.
14.00 Familiada – teleturniej
14.35 Koło fortuny (483) – teleturniej
15.15 Na sygnale (208, 228) – serial fabularno-dokumentalny, Pol. 2019
16.10 Świat według T.S. Spiveta – film przygodowy, Francja/Australia/Kanada 2013, 100 min
T.S. Spivet (Kyle Catlett), w tajemnicy przed rodziną, udaje się w podróż z Montany do Waszyngtonu. Ma odebrać nagrodę za odkrycie.
17.50 Słowo na niedzielę
18.00 Panorama, pogoda
18.25 Sport telegram
18.35 Postaw na milion – teleturniej
19.25 Kulisy „Postaw na milion" – fel.
19.35 Lajk! – magazyn kulturalny

POLSAT

6.00 Nowy dzień – pr. informacyjny
7.55 Karate Kid 2 – film przygodowy, USA 1986, 140 min
10.15 Ewa gotuje (359) – magazyn
10.55 Dziś 13, jutro 30 – komedia, USA 2004, 130 min
13.05 Pani Doubtfire – komedia, USA 1993, 160 min
Bezrobotny Daniel (Robin Williams) po rozwodzie chce utrzymywać kontakty z dziećmi. Kiedy dowiaduje się, że była żona szuka gosposi, postanawia odpowiedzieć na ogłoszenie. By wzbudzić zaufanie rodziny, przebiera się za 60-latkę.
15.45 Kabaret na żywo (56) – pr. rozr.
17.45 SuperPies (20) – magazyn
18.20 Chłopaki do wzięcia (156) – serial dokumentalny, Polska 2018
Jacek postanawia wziąć sprawy we własne ręce i zacząć wszystko od nowa. Niepewna siebie Kinga chce walczyć o utrzymanie dobrych relacji z Robertem. Krzysztof twierdzi, że swój wolny stan zawdzięcza zdrowemu podejściu do życia.
18.50 Wydarzenia
19.20 Sport, pogoda
19.30 Świat według Kiepskich (327)

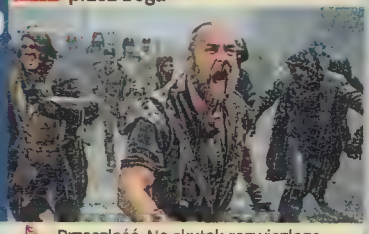
TVN

5.20 Uwaga! – mag. reporterów
5.45 Mango – telezakupy
8.00 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.00 Na Wspólnej (2858-2861) – serial obyczajowy, Polska 2019
12.50 MasterChef Junior (7) – pr. rozr.
14.25 Agent – Gwiazdy (8) – reality show
15.25 Efekt Domina (7) – serial dokumentalny, Polska 2019
16.00 Kuchenne rewolucje (8) – program rozrywkowy
Asia przejęła Pierogarnię, ponieważ jej właściciele nie byli w stanie dłużej utrzymać biznesu. Zachowała wyposażenie oraz receptury, pozostawiła ten sam personel. Pomysł poprowadzenia nowej restauracji szybko okazał się nierozsądny.
17.00 Dorota inspiruje (6) – reality show
18.00 36,6°C (8) – program medyczny
Ewa Drzyzga sprawdza, dlaczego dzieci nie przepadają za warzywami. Później młodzi ludzie wezmą udział w teście smaku. Widzowie otrzymają zaś praktyczne rady dotyczące przygotowania zdrowych kolacji.
19.00 Fakty
19.25 Sport, pogoda
19.45 Uwaga! – mag. reporterów

20

DRAMAT

21.20 Noe: Wybrany przez Boga – film



Przeszłość. Na skutek rozwiązłego życia prowadzonego przez potomków Kaina świat pogrąża się w upadku. Noe (Russell Crowe, zdj.) widzi we śnie gigantyczną powódź. Jest przekonany, że Bóg powołał go, by ocalił niewinne istoty. Wybraniec mimo wielu przeciwności losu buduje arkę.
(USA 2014, 145')
23.45 Bóg nie umarł 2 – dramat obyczajowy, USA 2016, 130 min
Nauczycielka Grace (Melissa Joan Hart) opowiada uczniom o cudach Jezusa. Jej aktywności religijnej nie aprobuje dyrekcja szkoły. Kobieta zostaje zawieszona, lecz nie zamierza przepraszać za swoją wiarę. Jej sprawa trafia na wokandę.
1.55 Jack Hunter i zaginiony skarb Ugaritu – film przygodowy, USA 2008, 100 min

MELODRAMAT

20.05 Jeden dzień – film obyczajowy

Emma (Anne Hathaway, zdj.), ambitna idealistka, i pochodzący z zamożnej rodziny Dexter (Jim Sturgess) poznają się w dniu rozdania dyplomów. Spędzają razem noc. Odtąd spotykają się co roku 15 lipca.
(USA/Wielka Brytania 2011, 115')
22.00 Ponad wszelką wątpliwość – thriller, USA/Arabia Saudyjska 2009, 115 min
Prokurator Mark Hunter (Michael Douglas) staje do walki o fotel gubernatora. Przeszłością kandydata interesuje się dziennikarz C.J. Nichols. Reporter odkrywa, że urzędnik nie zawsze był uczciwy.
23.55 Światło między oceanami – dram. obyczajowy, Wielka Brytania/Nowa Zelandia/USA/Indie 2016, 140 min
2.15 Zanim się rozstaniemy – komedia romantyczna, USA 2014, 100 min

ANIMOWANY

20.05 Vaiana: Skarb oceanu – film

Moana jest córką wodza polinezyjskiego plemienia. Aby zrealizować zakończoną niepowodzeniem misję swoich przodków, postanawia odszukać legendarny skarb. Podczas przemierzania oceanu spotyka niegdyś potężnego półboga. Hałaśliwy Maui postanawia towarzyszyć dziewczynie w wyprawie.
(USA 2016, 140')
22.25 Twoja Twarz Brzmi Znajomo 11 (9) – program rozrywkowy
0.40 Syn Boży – dramat obyczajowy, USA 2014, 180 min
Jezus (Diogo Morgado) wraz ze swoimi wyznawcami przybywa do Jerozolimy. Zdradzony przez Judasza (Joe Wredden), zostaje aresztowany i trafia przed religijny sąd. Wkrótce otrzymuje najsurowszy wyrok – karę śmierci przez ukrzyżowanie.
3.40 Tajemnice losu – pr. rozrywkowy

SERIAL KRYMINALNY

20.00 Chyłka – zaginięcie (4)

Kordian dociera do szpitala, w którym znalazła się Joanna. Rokowania dotyczące zdrowia pacjentki nie są jednoznaczne. Na miejscu Zordon poznaje siostrę prawniczki, Magdę. W placówce zjawiają się ponadto właściciele kancelarii. Żelazny nalega, by Kosmowski przejął sprawę Szlezyngierów.
(Polska 2018, 55')
20.55 Pretty Woman – komedia romantyczna, USA 1990, 145 min
Biznesmen Edward (Richard Gere) proponuje pięknej prostytutce Vivian, aby przez tydzień dotrzymywała mu towarzystwa. W zamian otrzyma ona trzy tysiące dolarów. Wkrótce mężczyzna się w niej zakochuje.
23.20 Porzucona – thriller, USA 2002, 120 min
1.20 Kuchenne rewolucje (8) – program rozrywkowy

TVP HD

6.55 Okrasa łamie przepisy
8.10 Ja to mam szczęście! (39, 40) – kom.
9.10 rodzinka.pl (10-12)
10.45 Ojciec Mateusz 12 (157) – krym.
11.45 Podróże Pana Kleksa (2-ost.) – film przyg., Polska/ZSRR 1986
13.10 „Ja to mam szczęście!" – ulubione skecze (19) – rozr.
13.20 Panna z mokrą głową (4) – dla młodz.
13.55 Stulecie Winnych (6)
14.55 M jak Miłość (1435, 1436) – obycz.
16.50 Na sygnale (220, 221)
17.50 rodzinka.pl (10, 11, 12, 258) – kom.
20.05 Ranczo 4 (41, 42)
22.05 Sierpień w hrabstwie Osage – komediodramat, USA 2013

TVP POLONIA

13.20 Okrasa łamie przepisy
13.50 Zakochany anioł – komedia romantyczna, Polska 2005
15.30 Szlakiem miejsc niezwykłych: Pomniki historii – cykl rep.
15.40 Wolny ekran (141)
16.00 Kulturalni PL – mag.
17.00 Słownik polsko@polski
17.30 Teleexpress
17.55 M jak Miłość (1429)
18.45 Szansa na sukces. Opole 2019 (2)
19.45 Dobranocka
20.00 Wiadomości, pogoda
20.40 Orędzie wielkanocne
20.50 Koncert Wielkopostny
21.45 U Pana Boga za piecem – kom., Pol. 1998
23.25 Sting i Anna Maria Jopek – gala telewizyjna – koncert

TVP HISTORIA

8.45 U Pana Boga w ogródku (5) – kom.
9.40 Okrasa łamie przepisy
10.15 Grecka odyseja Joanny Lumley (4-ost.)
11.15 Złoto Jukonu (2)
12.20 Lodowa planeta (1)
13.20 Amerykańska broń (6)
14.20 Prymas. Trzy lata z tysiąca – dramat obyczajowy, Pol. 2000
16.05 Niezwykłe historie Biało-Czerwonych
16.25 Opowieść o Chinach (4) – dok.
17.30 Marzyciele – publ.
17.55 Duma i uprzedzenie (1, 2) – kostium.
20.10 Ponary. Nóż w serce
21.20 Ogniem i mieczem – film hist., Pol. 1999
0.30 Spitfire Guya Martina
1.55 Generał Nil – dram. biograf., Polska 2009

TVP KULTURA

9.45 Tygodnik kulturalny
10.45 Chleb, miłość i fantazja – film obyczajowy, Włochy 1953
12.30 Trzy miasta, trzy epoki (1) – film dok.
13.25 Bajki zza okna
14.00 Wydarzenia aktualne
14.35 Niezapomniany romans – melodramat, USA 1957
16.40 One. Kobiety kultury
17.15 Owoce sztuki – historia martwej natury
18.20 Dranie w kinie – mag.
18.55 Pieśni z dalekiej wyspy – film dok.
20.20 Wpływ księżyca – kom. romantyczna, USA 1987
22.10 Eufonie: Arvo Pärt – nowe oblicze współczesnej duchowości – koncert

TVP ABC

12.20 Miś Uszatek – anim.
12.50 Stacyjkowo – anim.
13.00 Nawet nie wiesz, jak bardzo Cię kocham
13.15 Bella i Sebastian
13.30 Masza i Niedźwiedź
13.35 Krecik i panda
13.55 Księga Ksiąg – anim.
14.25 Dzień, w którym Heniś poznał... – anim.
14.40 Tabaluga – anim.
15.10 Nieziemscy (10)
15.25 Yakari – anim.
15.40 W krainie baśni
16.10 Nela Mała Reporterka (16) – mag.
16.30 Dinotrux – anim.
17.00 Rescue Bots 3 – anim.
17.25 Robot Trains – anim.
17.45 Sara i Kaczorek 2
18.05 My Little Pony
18.30 Shimmer i Shine
19.00 Wieczorynka
20.10 Masza i Niedźwiedź

TV TRWAM

14.40 Ocalić od zapomnienia
14.55 Poznajemy Biblię. Gdzie żył i nauczał Jezus Chrystus
15.30 Wierzę w Boga
16.00 Informacje dnia
16.10 Pop-oratorium „Twoją na zawsze jestem Panie"... – koncert
17.00 Starożytne tajemnice Biblii (5) – dok.
17.30 Okiem kamery
18.05 Informacje dnia
18.15 Koncert Pasyjny „Krzyż". Zespół 23 Dni
19.30 Katecheza ks. bp. Antoniego Długosza
20.00 Informacje dnia
20.20 Ukrzyżowanie – wiersze Romana Brandstaettera...
20.30 Liturgia Wigilii Paschalnej
23.10 Poznajemy Biblię...

HIT DNIA DVB STACJE DOSTĘPNE ZA DARMO W NAZIEMNEJ TELEWIZJI CYFROWEJ

TVN

6.00 **Jeźdźcy smoków na końcu świata** (38-41)
7.55 **Flintstonowie** (33-35)
9.40 **Mrówka Z** – film animowany, USA 1998, 100 min
11.20 **Policjantki i Policjanci** (525-527)
14.20 **STOP Drogówka**
15.30 **Król Lew** – film animowany, USA 1994, 115 min
17.25 **Dżungla** – film animowany, USA/Kanada 2006, 95 min
Lew Sebastian opowiada synkowi o życiu w dżungli. Franek trafia na pokład statku płynącego do Afryki. Ojciec rusza mu na pomoc.
19.00 **Galileo** (740)
Nad Bałtykiem testowany jest bezzałogowiec, który pomaga w szybkim docieraniu do osób potrzebujących pomocy. Okaże się, jak działa.
20.00 **Policjantki i Policjanci** (528, 529)

Lekarz zgłasza próbę otrucia. Na oddział po raz kolejny trafił starszy mężczyzna, będący pod wpływem substancji odurzających. Poszkodowany podejrzewa sąsiada.
(Polska 2019, 120')
22.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (287, 288)
Wilk i Jawor zajmują się sprawą śmierci starszej kobiety, dokarmiającej bezpańskie koty. Na ciekawy trop wpada Bolek Kowalski.
0.00 **Łowca androidów** – film s.f., USA/Hongkong 1982, 145 min

TVN 7

5.50 **Ukryta prawda** (543)
6.50 **Mango** – telezakupy
8.55 **Big Brother** (21-23)
11.55 **Ukryta prawda** (316)
12.50 **Przygoda na Alasce** – film przygodowy, USA 1996, 140 min
15.10 **Hugo i jego wynalazek** – film familijny, USA 2011, 155 min
Paryż, lata 30. XX w. 12-letni sierota Hugo (Asa Butterfield) próbuje zreperować starego robota, którego zostawił mu ojciec. Wpada w kłopoty.
17.45 **Rango** – film anim.y, USA 2011, 135 min
Kameleon Rango trafia do pełnej zakapiorów mieściny, której mieszkańcom dają się we znaki pragnienie i drapieżniki. Dzielnie stawia im czoło.
20.00 **Big Brother Raport** (5) – reality show
20.35 **Zimowa opowieść** – obyczajowy

Złodziejaszek Peter Lake (Colin Farrell, zdj.) włamuje się do domu pięknej Beverly Penn (Jessica Brown Findlay, zdj.). Na przekór okolicznościom oboje zakochują się w sobie.
(USA 2014, 150')
23.05 **Big Brother Nocą +** (5) – reality show
23.40 **Forrest Gump** – komediodramat, USA 1994, 180 min
Trzymając się prostych, matczynych zasad, Forrest (Tom Hanks) zostaje bohaterem wojny wietnamskiej, gwiazdą futbolu i mistrzem ping-ponga.

TV PULS

6.00 **Pan wzywał, milordzie? 4** (5) – kom.
7.00 **Taki jest świat 4** (16)
7.50 **Niesamowite!** (21)
8.30 **13 posterunek 2** (16, 17) – kom., Polska
9.45 **Lombard. Życie pod zastaw 4** (182-186) – obycz., Polska 2019
14.35 **Rodzinny interes** (26-28) – obycz.
Do salonu przychodzi Krystyna, której mąż zginął w wypadku. W warsztacie pojawia się Henio, który chce, by mechanicy cofnęli licznik w jego aucie.
17.30 **Sahara** – film przyg., USA/Hiszpania/Niemcy/Wlk. Bryt. 2005, 150 min
Tajny agent i podróżnik Dirk Pitt z wiernym towarzyszem Alem Giordino przemierzają Afrykę, poszukując skarbu z legendarnego „Statku śmierci".
DRAMAT
20.00 **Zielona mila** – obyczajowy

Rok 1935. Do zakładu karnego w Luizjanie trafia skazany na śmierć czarnoskóry John. Okazuje się, że potrafi on uzdrawiać. Szef strażników w więzieniu, Paul (Tom Hanks, zdj.), stara się o jego ułaskawienie.
(USA 1999, 230')
23.50 **Sędzia Dredd** – film s.f., USA 1995, 120 min
Na ruinach Nowego Jorku wznosi się Megamiasto. Porządku strzegą tu Sędziowie. Jednym z nich jest Dredd. Pewnego dnia zostaje skazany na śmierć.
1.50 **Zobacz to!**

POLSAT 2

6.00 **Disco gramy** – muz.
7.00 **Awantura o kasę** (67) – teleturniej
8.00 **Nasz nowy dom** (125) – reality show
9.00 **Dlaczego ja?** (770-774) – paradok.
14.00 **W rytmie serca** (45)
15.00 **Nasz nowy dom** (114) – reality show
16.00 **My3** (18, 19) – pr. dla dzieci
17.00 **Wystarczy chcieć** – magazyn
17.30 **Malanowski i partnerzy** (218-220)
19.00 **Ewa gotuje** (346)
Z okazji święta niepodległości prowadząca zaprasza na tradycyjny polski obiad. Poda m.in. faszerowaną gęś.
19.30 **SuperPies** (19) – mag.
Aneta odwiedzi dom Pauliny i Adama. Ich pies, Krawat,wciąż nie może się uporać z traumami z przeszłości.
20.05 **Wydarzenia**
SENSACYJNY
20.45 **Metro strachu**

Bandyci porywają podziemny pociąg z pasażerami. Tylko zwolniony z pracy dyrektor metra, Walter Garber (Denzel Washington, zdj.), który zna wszystkie korytarze, może ocalić ludzi.
(USA/Wlk. Bryt. 2009, 130')
22.55 **7 sekund** – film sensacyjny, Rumunia/Szwajcaria/Wielka Brytania 2005, 120 min
Jack szykuje napad na samochód przewożący pieniądze z kasyn. W jego ręce trafia obraz Van Gogha.
0.55 **Kabaretowa Ekstraklasa** – pr. rozr.
1.50 **Wydarzenia**

TVP INFO

5.59 **Serwis Info**
9.15 **Salon dziennikarski**
9.59 **Serwis info weekend**
10.23 **Pogoda Info**
10.29 **Serwis info weekend**
10.53 **Pogoda Info**
10.59 **Serwis info weekend**
11.22 **Pogoda Info**
11.29 **Serwis info weekend**
12.23 **Pogoda Info**
12.29 **Serwis info weekend**
13.23 **Pogoda Info**
13.29 **Serwis info weekend**
14.22 **Pogoda Info**
17.00 **Teleexpress**
17.15 **Teleexpress Extra**
17.32 **Studio Wschód** – publ.
Maria Przełomiec rozmawia z zaproszonymi publicystami na tematy dotyczące krajów wschodniej Europy.
18.00 **Panorama**
18.18 **Serwis info weekend**
18.30 **Kobiecym okiem**
18.52 **Serwis info weekend**
19.30 **Wiadomości**
19.58 **Gość „Wiadomości"**
20.13 **Minęła dwudziesta**
PUBLICYSTYCZNY
21.00 **Nie da się ukryć**

Reporterzy, wśród nich Piotr Pawelec (zdj.), wnikliwie omawiają doniesienia ostatnich dni. Każdy z odcinków dotyczy innej sprawy.
(Polska 2019, 28')
21.28 **Flesz Info Wieczór**
21.40 **Studio LOTTO**
Losowanie numerów gier Totalizatora Sportowego. W programie także prezentacja wyników i przypomnienie zasad loterii.
21.50 **Serwis Info**
22.00 **Magazyn**
23.00 **INFO wieczór**
0.35 **Salon dziennikarski**
1.30 **Wiadomości**
1.58 **Gość „Wiadomości"**

TVP 3

6.30 **Było, nie minęło – kronika zwiadowców historii**
7.05 **Astronomia niepodległa – 100 lat polskiej astronomii**
7.35 **Wielka Sobota – Wigilia Paschalna**
7.50 **Spotkania w świecie ciszy** – magazyn
8.15 **Turystyczna jazda**
8.25 **Szkoła z zawodem**
9.00 **Uratować Wenecję** – film dok., Fr. 2017
10.00 **Program lokalny**
12.05 **Nożem i widelcem** (117) – magazyn kulin.
12.25 **Rok w ogrodzie** – mag.
12.45 **Święta z jajem** (1, 2)
13.00 **Piłka nożna**: 2. liga
LIVE – mecz: Radomiak Radom – Elana Toruń
15.05 **Sanatorium miłości** (2) – reality show
15.50 **Śląsk jest piękny**
16.15 **Spotkania w świecie ciszy** – magazyn
16.45 **Dziennik regionów – tematy dnia**
PUBLICYSTYCZNY
17.00 **Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie**

W programie prezentowane są historie osób zaginionych. Do studia zapraszani są bliscy poszukiwanych. Prowadzi Grzegorz Miśtal (zdj.).
(Polska, 30')
17.30 **Program lokalny**
20.00 **Piosenka dla Ciebie** – koncert życzeń
Para prowadzących odczytuje życzenia nadesłane przez widzów.
21.00 **Program lokalny**
21.30 **Piosenka dla Ciebie** – koncert życzeń
21.35 **Dziennik regionów**
22.00 **Liturgia Wigilii Paschalnej** – religijny
2.00 **Spotkania w świecie ciszy** – magazyn

TVS

6.30 **Śląska karuzela** – muz.
7.25 **Koncert życzeń**
8.45 **Bajkowa TVS**
9.55 **Mały koncert życzeń**
11.00 **Kuchnia po śląsku**
11.35 **Serce z węgla** – dok.
12.05 **Przy muzyce po śląsku**
12.50 **Muzyczny kącik Damiana Holeckiego**
13.20 **Koncert w TVS** – muz.
15.10 **U Bacy na cacy** – kult.
15.25 **My wam to zagramy**
16.00 **Koncert życzeń**
17.20 **Śląska karuzela** – muz.
18.20 **Kuchnia po śląsku**
18.45 **Święta wojna**
19.20 **Muzyczne podróże**
19.50 **U Bacy na cacy**
20.00 **Koncert w TVS** – muz.
22.00 **Szlagierowa lista TVS**
0.00 **Koncert życzeń**
1.15 **My wam to zagramy**
1.50 **Top 100 wydarzeń XX wieku** – dok.

SUPER POLSAT

7.55 **Przygody Kota w Butach**
8.30 **Pieczone gołąbki** – kom., Polska 1966
10.30 **Pozytywka SuperMagazyn** (17)
11.00 **Małe wielkie marzenia**
11.30 **Irena, do domu!** – kom., Polska 1955
13.30 **Ostatni górale** – dok.
14.30 **Szaleństwa panny Ewy** – film obycz., Polska 1984
16.40 **Piękny umysł** – dram. obycz., USA 2001
19.30 **Najzabawniejsze filmiki Ameryki** (11)
20.00 **Australia** – melodramat, USA/Australia 2008
23.35 **Moja macocha jest kosmitką** – komedia, USA 1988

TVN FABUŁA

6.05 **Prosto w serce** (93)
6.40 **BrzydUla** (42-45)
9.00 **Dr House** (12, 13)
11.00 **Dobry dinozaur** – film animowany, USA 2015
12.55 **Historia Kopciuszka** – komedia romant., USA/Kanada 2004
14.55 **Wpadki filmowe**
15.30 **Dziewczyny z Hollywood**: Marlena Dietrich
15.45 **Numerek z Dorotą**
15.55 **Hop** – film familijny, USA 2011, reż. Tim Hill
17.55 **Ralph Demolka** – film animowany, USA 2012
20.00 **Harry Potter i Zakon Feniksa** – film przyg., Wlk. Bryt./USA 200
22.55 **Blade: Mroczna trójca** – horror, USA 2004
1.15 **Przystanek Hollywood**

POLSAT FILM

6.00 **Stołeczna drogówka** (44, 45) – serial dok.
7.00 **Przyjaciółki** (125, 126)
9.00 **Epoka lodowcowa: Wielkanocne niespodzianki**
9.30 **Asterix i wikingowie** – film animowany, Francja/Dania 2006
11.15 **Bella i Sebastian** – film familijny, Francja 2013
13.20 **Anna i król** – melodramat, USA 1999
16.30 **Alicja w Krainie Czarów** – film fantasy, USA 2010
18.45 **X-Men: Ostatni bastion** – film s.f., Francja/USA 2006
21.00 **Elizjum** – dram. s.f., USA 2013
23.20 **Patriota** – dramat hist., USA/Niem. 2000

ROMANCE TV

7.35 **Donna Leon: Spokojne kanały** – film krym., Niemcy 2005
9.30 **Górski lekarz** (75-79)
14.10 **Statek marzeń: Palau** – film obycz., Niemcy/Austria 2016
16.00 **Katie Fforde: Taniec na Broadwayu** – melodramat, Niemcy/USA 2016
17.55 **Krąg miłości** (8, 9)
20.00 **Donna Leon: Krwawe kamienie** – film kryminalny, Niemcy 2008
21.55 **Anna Karenina** – film kostium., Włochy/Francja/Hiszpania/Litwa/Niemcy 2013
0.30 **Duma i uprzedzenie** (4-6) – kostiumowy
3.20 **Grzechy i grzeszki** (1-3)

KINO POLSKA

9.05 **Straszny sen Dzidziusia Górkiewicza** – komedia obyczajowa, Polska 1993
11.15 **Pięciobój nowoczesny**
11.25 **TV okazje**
11.50 **Barwy ochronne** – dramat obyczajowy, Polska 1976
13.55 **Stepy** – dram. obycz., Polska/Belgia 2010
15.40 **Kret** – dram. obycz., Polska/Francja 2010
17.50 **To nie tak, jak myślisz, kotku** – kom., Polska 2008
20.00 **Randka w ciemno** – komedia romant., Polska 2009
22.00 **Haker** – komedia sens., Polska 2002
23.55 **Enduro bojz** – film obycz., Polska 2000

POLECANE DLA DZIECI · TYLKO DLA DOROSŁYCH · LIVE NA ŻYWO

TV SERIALE

6.00 Alternatywy 4 (8, 9-ost.) – kom.
8.40 Ojciec Mateusz 14 (180) – krym., Polska
9.30 Ranczo 3 (37, 38)
11.35 Trędowata FILM – melodramat, Polska 1976, 100 min
Ordynat Michorowski (Leszek Teleszyński) zakochuje się pięknej guwernantce. Chce ją poślubić mimo sprzeciwu rodziny.
13.15 Ojciec Mateusz 14 (181) – krym., Polska
14.15 Ranczo 3 (39, 40)
16.15 Ranczo 4 (41)
17.15 U Pana Boga za piecem FILM – komedia, Polska 1998, 110 min
Marusia (Ira Łaczina) zostaje zatrzymana w przygranicznym miasteczku jako świadek napadu. Zakochuje się w organiście.
19.05 Ojciec Mateusz 21 (270) – krym., Polska
20.05 Ojciec Mateusz 14 (182-184)

Nocul zauważa samochód z porzuconym niemowlakiem wewnątrz. Policja szuka opiekuna. Pomagają zeznania prawniczki Kukielskiej.
(Polska 2015, 150')
22.35 Ranczo 4 (42, 43)
Zbliżają się kolejne wybory. Niespodziewanie do Wilkowyj wraca Czerepach. Zamierza wesprzeć wójta.
0.35 Stulecie Winnych (7)
Bliźniaczki pobierają nauki w gimnazjum w Warszawie. Wkrótce z Brwinowa dochodzą złe wieści – Antoni jest ciężko chory.
1.35 Echo serca (8)

TTV

6.10 Dziadek z przypadku (22-ost.)
6.40 Cała prawda o jedzeniu 3 (11-ost.)
7.10 Cała prawda o jedzeniu 6 (11) – dok.
7.45 DeFacto 9 (11)
8.15 DeFacto 10 (5)
8.45 Express – inf., Polska
9.00 Gogglebox. Przed telewizorem 10 (9)
10.00 Vlogbox. W necie (7)
10.45 Express – inf., Polska
10.58 Pogoda – inf., Polska
11.00 Expressowy Raport Turbo – pr. inf., Polska
11.10 Nauka jazdy 4 (8)
11.45 Wojny magazynowe 11 (15, 16-ost.)
12.40 Usterka 11 (16, 18)
14.00 Patent na kasę
15.45 Express – inf., Polska
16.00 Pogoda – inf., Polska
16.05 Gogglebox. Przed telewizorem 6 (12)
16.55 Ostre cięcie 9 (8)
17.45 Express – inf., Polska
17.58 Pogoda – inf., Polska
18.00 Druga twarz 3 (5)
19.00 Usterka 11 (17) – dokumentalny

Grupa specjalistów: Adam i Łukasz Milczowie, Daniel Górka i Agnieszka Musiał, wyrusza do Krakowa i Katowic, by sprawdzić kompetencje „złotych rączek".
(Polska 2019, 45')
19.45 Express – inf., Polska
19.58 Pogoda – inf., Polska
20.00 Damy i wieśniaczki. Rosja 2 (9) – fab.-dok.
21.00 Dżentelmeni i wieśniacy 3 (2)
22.00 Piękne i odważne (3)
22.45 Gogglebox. Przed telewizorem 10 (9)
23.45 Gogglebox. Przed telewizorem 6 (11)
0.25 Królowe życia 6 (8)
1.10 Ostre cięcie 9 (8, 6)

PULS 2

6.00 Królowie aukcji 3 (14)
6.30 Wojciech Cejrowski. Boso – Karaiby (2, 3)
7.30 Bolek i Lolek
7.40 Bajeczki Maszy
8.00 Blaze i megamaszyny
8.30 Bob Budowniczy
8.40 Strażak Sam
8.55 Tomek i przyjaciele
9.10 Baranek Shaun
9.25 Bingo i Rolly w akcji
9.55 Psi Patrol – anim.
10.35 Baranek Shaun
10.40 Bajeczki Maszy
10.50 Reksio – anim.
11.15 Nowe szaty króla – film animowany, USA 2000, 85 min
12.40 Dzielny kogut Maniek – film anim., Meksyk 2015, 120 min
14.40 Zaklęta w widmo – baśń filmowa, Czechy 2011, 120 min
16.40 Pingwiny z Madagaskaru – anim.
17.45 Iniemamocni FILM – film animowany, USA 2004, 135 min

ROZRYWKOWY

20.00 Kabaretowe gogle i boks (3, 4)

Satyrycy z Kabaretu pod Wyrwigroszem wcielają się w różnych bohaterów, którzy oglądają w telewizji skecze i na bieżąco je komentują. Są to m.in. studenci i małżeństwo emerytów.
(Polska 2019, 60')
21.00 Latynoski ogier FILM – komedia, USA 2017, 140 min
Porzucony przez starszą milionerkę uwodziciel odnajduje dawno niewidzianą siostrę i jej syna. Uczy chłopaka sztuki uwodzenia.
23.20 Kolonia – horror s.f., FILM Kan. 2013, 115 min
1.15 Niesamowite! (3-6)

TV6

6.00 Top 10 – lista przebojów – muz., Polska
7.00 Detektyw Monk (15, 16) – krym.
8.55 Pan Peabody i Sherman Show (7) – anim.
9.25 Dzielna Mysz Greenfinger (6) – anim.
9.45 Tajemnicza Wyspa Juliusza Verne'a FILM – film przygodowy, USA 2012, 120 min
Pięcioro uciekinierów dociera balonem na dziwną, pokrytą wrakami okrętów wyspę.
11.45 Powrót na wyspę Nim – film familijny, Australia '13, 120 min
13.45 Columbo (1) – krym.
15.45 Czarna ryba
17.30 Jem i Hologramy FILM – film obyczajowy, USA 2015, 150 min
Pasją nieśmiałej Jerriki jest pisanie i śpiewanie piosenek. Pewnego dnia zyskuje ogromną popularność.

POPULARNONAUKOWY

20.00 Galileo (180) – dokumentalny

Okaże się, co ma wspólnego nowoczesny futbol ze Spidermanem, jak powstają perskie esencje i gdzie spotkać przerażające potwory.
(Polska, 60')
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (56, 57) – serial krym.
Śledczy badają okoliczności wypadku z udziałem dwóch nastolatek. Dziewczyny przyjaźniły się.
23.00 Potężne uderzenie FILM – film sens., USA/Rosja 2017, 135 min
1.15 Scenariusz śmierci – film sensacyjny, USA 2014, 145 min

STOPKLATKA TV

6.00 Scena śmiechu (5)
6.55 Wakacje Mikołajka – komedia, Francja 2014, 115 min
8.50 Komisarz Rex 4 (53, 54) – krym.
10.50 Stawka większa niż życie (14)
12.00 Allo, Allo (11) – kom.
12.45 Coco Chanel – dramat biograficzny, Francja 2009, 130 min
14.55 Templariusze. FILM **Miłość i krew** – film przygodowy, Szwecja/Wielka Brytania/Dania/Norwegia/Finlandia/Niemcy 2007, 155 min
Szwecja, XII wiek. Kilkuletni Arn Magnusson ulega wypadkowi. Matka oddaje go do zakonu templariuszy.
17.30 Zagadki kryminalne panny Fisher (5, 6)
Znaleziono zwłoki otrutego młodego człowieka. Podejrzana jest Sylvia Leigh.

KOMEDIA

20.00 Ja cię kocham, FILM **a ty śpisz**

Lucy (Sandra Bullock, zdj.) zakochuje się w nieznajomym, któremu ratuje życie. Mężczyzna zapada w śpiączkę. Kasjerka wpada jednak w oko bratu ofiary.
(USA 1995, 125')
22.05 Next – thriller s.f., FILM USA 2007, 115 min
Cris przewiduje, co wydarzy się w ciągu najbliższych minut. Może powstrzymać zamach terrorystyczny.
0.00 Chrzest – dramat obyczajowy, Polska 2010, 115 min
1.55 Ziemia obiecana – dramat obyczajowy, Polska 1974, 210 min

13 ULICA

6.00 Napisała: Morderstwo 6 (1) – krym.
7.00 Akta zbrodni (85-90)
10.00 Morderstwa w Midsomer 20 (3, 4)
Była modelka zostaje zamordowana podczas zlotu miłośników komiksów. Barnaby i Winter muszą oddzielić fakty od fikcji, by dotrzeć do prawdy.
14.00 Kobra – oddział specjalny 19 (9, 10)
Matka i jej 12-letni syn Felix są przypadkowymi świadkami napadu na bank. Kobieta zostaje zastrzelona. Semir i Alex muszą szybko pomóc chłopcu.
16.00 Zabójcze umysły 6 (17-21) – krym.
BAU bada sprawę pożarów, w których zginęło kilka osób. Oba wybuchły tego samego wieczoru w podejrzanych okolicznościach.

KRYMINALNY

21.00 Hawaii 5.0 9 (11) – serial

Steve, Catherine, Danny, Junior oraz ich starzy przyjaciele ścigają zabójcę bliskiej im osoby. W tym samym czasie Tani i Grover badają tajemniczą sprawę zaginionych ludzkich szczątków.
(USA 2018, 60')
22.00 Zabójcze umysły 3 (12, 13) – krym.
Zespół sporządza portret pamięciowy mordercy, który uprowadził dwie nastolatki. Jedną zabił. Agenci muszą się spieszyć.
0.00 Prawdziwi detektywi (5) – krym.
1.00 Morderstwa w Midsomer 20 (3, 4)

TVP SPORT

5.30 Sportowy wieczór
6.00 Piłka nożna: Eliminacje ME: Austria – Polska
8.15 Jeździectwo: Finał PŚ w Göteborgu
10.05 Hokej: NHL – mecz 1. rundy fazy play-off
12.00 Stan futbolu – mag.
13.00 Piłka nożna: Eliminacje ME: Polska – Łotwa
15.05 Wszystkie gole Mistrzostw Świata FIFA 2018 – film dok.
16.50 Piłka nożna: LOTTO Ekstraklasa – studio
17.55 Piłka nożna: LOTTO Ekstraklasa
21.00 Sportowy wieczór
21.35 Lekkoatletyka: Halowe ME w Glasgow
23.55 Strongman: Liga Mistrzów 2018
1.00 Hokej: NHL – mecz 1. fazy play-off

EUROSPORT 1

6.00 Snooker: MŚ w Sheffield – mecz finałowy
8.30 Kolarstwo
9.30 Watts Top 10 – mag.
10.00 Wyścigi samochodowe: FIA Formula E Championship w Rzymie – podsumowanie
11.00 Snooker: MŚ w Sheffield – 1. dzień
14.00 Kolarstwo: Tour of Turkey – 5. etap
16.00 Snooker: MŚ w Sheffield – 1. dzień
18.30 Kolarstwo
19.25 Wiadomości Eurosportu
19.30 Snooker: MŚ w Sheffield – 1. dzień
22.55 Wiadomości Eurosportu
23.00 Jeździectwo: Zawody Global Champions Tour w Miami

POLSAT SPORT

8.30 Piłka nożna: Fortuna 1. liga: ŁKS Łódź – Sandecja Nowy Sącz
10.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – półfinał: Jastrzębski Węgiel – ONICO Warszawa
12.30 Koszykówka mężczyzn: Energa Basket Liga: TBV Start Lublin – Anwil Włocławek
14.45 Żużel: Turniej o Złoty Kask – zawody finałowe w Pile
17.30 Piłka nożna: Fortuna 1. liga – mecz: PGE FKS Stal Mielec – Chojniczanka Chojnice
20.00 Sporty walki: UFC Fight Night: Overeem vs. Oleinik – waga ciężka: Alistair Overeem – Aleksiej Olejnik
0.00 Boks

POLSAT PLAY

12.00 Hitler i jego obsesja bezpieczeństwa
13.00 Tajna historia XX wieku (7)
13.30 Poszukiwacze historii
14.00 Tajemnice najdziwniejszych broni świata (3)
15.00 Cuda współczesnej techniki: 10 najciekawszych zawodów
16.00 The Brain. Genialny Umysł (8) – pr. rozr.
17.30 Niezwykłe pociągi (1)
18.30 Wojny kontenerowe
19.00 Najśmieszniejsze filmiki świata (47, 46)
20.00 Top 20 – Umrzesz ze śmiechu (18)
21.00 Polacy w świecie (5, 6)
22.00 Polacy za granicą (9)
23.00 Drwale i inne opowieści Bieszczadu

TVN TURBO

10.45 Raport technologiczny (8) – pr. rozr.
11.15 Absurdy drogowe (7)
11.45 Klimek kontra Duda
12.30 Zakup kontrolowany
13.30 Najlepsze samochody XXI wieku (2)
14.00 99 godzin (1)
15.00 Samochód marzeń – kup i zrób (6) – mag.
16.00 Nowy Gadżet (7)
16.30 Zawodowi handlarze
17.15 101 napraw (8)
17.45 Służba więzienna (7)
18.30 Strażacy z Ruhry (8)
19.30 A2 – autostrada na Zachód (16)
20.30 Uwaga! Pirat! (8)
21.15 Whacked Out Sports
22.15 Wojny samochodowe (7) – pr. rozr.
23.00 Pomoc drogowa 24h
23.45 Polskie pościgi policyjne (2) – pr. rozr.

POLO TV

9.05 Tego słuchacie – Najlepsze z tygodnia!
11.00 To hit! – pr. muzyczny
11.05 Szalone lata 90.
12.00 To hit! – pr. muzyczny
12.05 Szalone lata 90.
12.50 Dance w Polo TV
13.00 Weekend z...
13.15 Dance w Polo TV
14.00 Weekend z...
14.15 Kuchnia polowa – najlepsze przepisy
14.45 Dance w Polo TV
15.00 Weekend z...
15.15 Dance w Polo TV
16.00 Weekend z...
16.15 Koncert w Polo TV
17.30 Dance w Polo TV
18.00 Disco Star 7 (7)
19.30 Disco Polo Live
20.15 Imprezownia w Polo TV – pr. muz.
23.00 Sobotnia disco noc w Polo TV! – pr. muz.

AXN

6.00 Iluzja (4-6) – krym.
8.45 Terminator 3: Bunt maszyn – s.f., USA/Niemcy/Wielka Brytania 2003, 130 min
Cybernetyczna morderczyni przybywa z przyszłości, by zlikwidować przywódcę buntu przeciw maszynom. Rebeliantowi pomaga T-800 (Arnold Schwarzenegger).
10.55 Karate Kid 2 – film przygodowy, USA 1986, 135 min
13.10 Designated Survivor (5-8) – serial kryminalny, USA 2016
Kirkman próbuje nawiązać stosunki dyplomatyczne z Algierią. Jego działania kończą się niepowodzeniem i zmuszają do podjęcia trudnej decyzji.
17.10 Karate Kid – film przygodowy, USA 1984, 155 min
FILM

TVP ROZRYWKA DVB T

7.50 Lidzbarskie Wieczory Humoru i Satyry
8.50 Koło fortuny (459)
9.35 Krzysztof Klenczon
10.10 Woła Nas Pan. Oratorium Wielkanocne Ernesta Brylla i Włodzimierza Korcza
11.05 Andre Rieu: Witaj w moim świecie 2
11.55 Krzysztof Klenczon
12.35 Okrasa łamie przepisy
13.05 Podróże z historią (15) – serial dok.
13.45 Prywatne życie zwierząt 2 (7)
14.20 Postaw na milion
15.10 Muzeum Polskiej Piosenki (127)
15.20 Tylko jeden skecz (3)
15.40 Big Music Quiz (12)
16.45 Wszystkie stworzenia duże i małe (8)
17.50 Wielki test o polskich serialach
19.30 Dwoje i ich boje (4)
20.30 Paranienormalni Tonight

ATM ROZRYWKA DVB T

6.00 Disco Gramy – muz.
7.00 TV Okazje – magazyn
7.30 Ewa gotuje (259, 260)
8.30 Panienki (2) – kom.
9.00 Słoiki (49-52)
13.00 Małolaty (60, 1)
15.00 Pielęgniarki (161)
Kobieta twierdzi, że jej córeczka zaginęła w szpitalu. W poszukiwaniach dziewczynki pomaga pielęgniarka.
16.00 Detektorysi (5, 6, 1-3) – serial kom.
Dwaj mężczyźni mają nadzieję na znalezienie skarbu, który da im fortunę. W tym celu przeszukują okolicę.
19.05 To nie ja, to kto inny – komedia, Kanada/Francja 2004, 115 min
FILM
Oszust Vincent kradnie obraz i sprzedaje go przypadkowemu przechodniowi. Okazuje się, że w malowidle ukryto 250 tys. dolarów.
21.00 Peep Show (39, 40)

TVN STYLE

5.45 Zdrowo, czyli jak? (1)
6.20 Wszystko o jedzeniu
6.50 Ostre cięcie (6)
7.35 Nowa misja ratunkowa (7)
8.35 Co nas truje (5)
9.20 Wiem, co jem, i wiem, co kupuję (13)
10.05 Sablewska od stylu. Na okazje (7)
10.50 Kto tu mieszka? (6)
11.35 Powrót doktora Szczyta (7)
12.35 Śluby marzeń (4)
13.35 Panny młode ponad miarę (7)
14.40 Gwiazdy prywatnie (1)
15.10 Jerozolima – między niebem a ziemią – dok., Polska 2019
15.40 Pani gadżet extra
16.10 Tak powstaje (4)
16.40 Pani gadżet (8)
17.10 Subiektywny ranking naj... (1)
17.40 Kobieta na krańcu świata (4)
18.15 Kulisy sławy extra (8)

FOKUS TV DVB T

6.00 Wehikuł czasu
6.05 Wszystko o jedzeniu
7.00 Wehikuł czasu
7.05 Wszystko o jedzeniu (3)
7.35 Sąsiedzi (66-74)
9.15 Walki zwierząt (8)
10.15 Nieznane oblicza Chin (1)
10.45 Fabryka jedzenia (16)
11.15 Starożytni kosmici (5)
12.15 Fabryka broni (9, 10)
13.25 Gwiazdy lombardu (28-31)
15.00 Kryptonim szef (3)
Greg Scott, dyrektor generalny New York & Co., zatrudnia się incognito w sklepie swojej sieci. Odkrywa m.in. chaos panujący w magazynach.
15.55 OSP. Na ratunek! (1-5)
Strażacy z Ożarowa Mazowieckiego walczą z jednym z największych pożarów ostatnich miesięcy. Płoną ogromne stare kurniki.

ID

6.00 Mroczne sekrety małżeńskie – dok.
6.25 Zbrodnia (nie)doskonała
7.10 Zaginieni – serial dok.
8.00 Tajemnice zza grobu
9.00 Osobiste śledztwo
10.00 Nie ufaj nikomu
11.00 Zgubna namiętność
12.00 Tożsamość ofiary
13.00 Morderca wybrał mnie – serial dok.
14.00 W umyśle mordercy
15.00 Stare sprawy, nowe tropy – serial dok.
16.00 Mordercze powiązania – krym.
17.00 Ameryka nierówności – dok., USA 2013
Aktywiści opowiadają o swojej walce w imieniu grup dyskryminowanych w USA.
18.00 Nikt cię nie usłyszy
Do starej rezydencji udaje się kilkoro okolicznych mieszkańców. Wycieczka kończy się tragicznie.

19.45 Karate Kid 2 – kino akcji FILM

Mistrz karate Miyagi odwiedza na Okinawie umierającego ojca. Towarzyszy mu uczeń, Daniel (Ralph Macchio, zdj.). Chłopak zakochuje się w pięknej Kumiko (Tamlyn Tomita, zdj.).
(USA 1986, 135')
22.00 Azyl – thriller, USA 2002, wyk. Jodie Foster, 140 min FILM
Przestępcy włamują się do domu Meg i jej córki. Chronią się one w specjalnym pancernym pokoju.
0.20 S.W.A.T.: Miasto w ogniu – film sens., USA 2011, 105 min
2.05 Iluzja (4, 5) – krym.

21.35 Sanatorium miłości (8)

Marta Manowska (zdj.) potrafi zyskać zaufanie każdego uczestnika programu. Ryszard odkrywa przed prowadzącą, jakie są jego sympatie i antypatie w grupie.
(Polska 2019, 55')
22.30 17. Festiwal Kabaretu Koszalin – Bitwa na czary 2011 (1, 2)
Tematem przewodnim jest świat magii, czarów i zjawisk paranormalnych. Występuje m.in. Neo-Nówka.
0.35 Opole 2017 na bis – Z PRL do Polski (2)
1.35 Koło fortuny (458)
2.20 Telepeerele

KOMEDIOWY

22.00 Świat według Kiepskich (255, 256)

Październik obsesyjnie szuka formuły matematycznej, aby określić reguły rządzące wszechświatem. Ku zdumieniu mieszkańców kamienicy udaje mu się dokonać interesującego odkrycia.
(Polska 2007, 60')
23.00 Vincent chce nad morze – dramat obyczajowy, Niemcy 2010, 120 min FILM
Ojciec umieszcza chorego Vincenta (Florian David Fitz) w zamkniętym ośrodku. Chłopak i jego przyjaciele planują ucieczkę.
1.00 Na krawędzi 2 (4)
2.00 Słoiki (6) – paradok.

PORADNIKOWY

18.45 Wiem, co jem, i wiem, co kupuję

Statystyczny Polak zjada rocznie prawie 20 kg kiełbasy. Katarzyna Bosacka (zdj.) doradza, jak nie dać się oszukać producentom.
(Polska 2013, 90')
20.15 Pani gadżet extra
Anna Nowak-Ibisz testuje najnowsze sprzęty stworzone po to, by ułatwić nam codzienne funkcjonowanie.
20.45 SOS – Sablewska od stylu (5, 6)
22.15 Pogromcy medycznych mitów (1)
23.15 Transmodele (5)
0.15 Apetyt na miłość (6)
1.15 Randka z Internetu

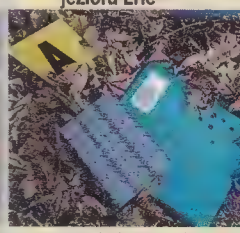
DOKUMENTALNY

21.00 Wszechświat: Zagadki starożytności

Zjawiska astronomiczne niegdyś uważano za zwiastuny nieszczęść. Autorzy dociekają, czy naprawdę zmieniły one bieg historii.
(USA 2014, 115')
22.55 Złomiarze (2)
Ekipa pracuje nad rozbiórką tuż obok przejeżdżających z dużą prędkością pociągów kolei podmiejskiej.
0.00 Aukcje XXL (8, 9)
W Truro w Nowej Szkocji firma Ritchie Bros. Auctioneers organizuje swoje licytacje ciężkiego sprzętu.
1.00 Pod lupą (1)
2.00 Tajemnice historii

DOKUMENTALNY

21.00 Tajemnice jeziora Erie



Czternastolatka zostaje zgwałcona i zamordowana, a zbrodniarz porzuca jej zwłoki w wąskiej uliczce. Matka ofiary przez trzydzieści lat szuka sprawcy tej potwornej zbrodni.
(USA 2018, 60')
22.00 Premiera: Śledztwo na wizji – serial dok.
Znany działacz John Walsh wspiera policję w rozwiązywaniu najbardziej skomplikowanych zagadek kryminalnych.
23.00 Robert Durst: milioner morderca
1.00 Zbrodnie i kary
2.00 Zło w genach – dok.

TLC

6.00 Salon sukien ślubnych
6.25 Wiza na miłość
7.10 Sześć razy córka
8.00 Salon sukien ślubnych: Wielka Brytania
9.00 Sześć razy córka
11.00 Panny młode ponad miarę
12.00 Salon sukien ślubnych: Wielka Brytania
13.00 Cofnij czas – pr. rozr.
14.00 Randka z Gokiem
15.00 Ślubna metamorfoza
15.30 Surowi rodzice
16.30 Urodzie na ratunek
17.30 Historie wielkiej wagi
19.30 TLC Top 10 – pr. rozr.
20.30 Panny młode ponad miarę
21.30 Dr Pryszczyła
22.30 Żony Hollywood
23.30 Moje ciało mnie przeraża

POLSAT CAFE

7.00 Ekstremalne przypadki
8.00 Biedni kontra bogaci
9.00 Nasz nowy dom
10.00 Superniania
11.00 Niewolnicy wyglądu
11.30 Młodzi milionerzy
12.00 Dzieci rosyjskich bogaczy – pr. rozr.
13.00 Gwiazdy na dywaniku
13.30 Zoom na miasto
14.00 Nasz nowy dom
15.00 Randka z nieznajomym – reality show
16.00 Shopping Queen
17.00 Jak matka z córką
18.00 Oskarżone
19.00 Tajemnice życia superbogaczy
20.00 Zdrady
21.00 Oszukane
22.00 Gry małżeńskie
23.00 Zdrady

HGTV

13.55 Darek solo 3
14.25 Dorota was urządzi!
15.00 Dorota inspiruje
16.00 Zarobić na remoncie 2
16.30 Zarobić na remoncie – Atlanta 2 – pr. rozr.
17.00 Na dobrych fundamentach 3
18.00 Moje miasto, mój dom 2 – pr. rozr.
19.00 Łowcy domów do remontu 10 – pr. rozr.
20.00 Nowe życie na Hawajach 12 – rozr.
20.30 Nowe życie na Bahamach 2 – reality show
21.00 Poszukiwacze domów – Rodziny 2
22.00 Zgłoś remont 4
23.00 House Hunters – Poszukiwacze domów 5
23.30 Nowa Maja w ogrodzie

DOMO

11.20 Express domowy
11.30 Ucieczka na wieś 16
13.15 Cudotwórcy – kupno, sprzedaż 3
14.50 Luksus nie z tej ziemi
15.45 Małe i wspaniałe 7
16.40 Domy jak marzenie
17.30 Pogotowie remontowe Wieśka 2
18.00 Daleko od miasta 3
18.30 Meblokreacje 4
19.00 Wyzwanie – nowe mieszkanie 10 – mag.
19.30 Tomasz Pągowski: projekt LOKALny 2
20.00 Ekodomy – jak budować w zgodzie z naturą 2 – magazyn
21.00 Premiera: Wielkie projekty: Australia 7
21.55 Ucieczka na wieś 15
23.45 Najlepszy projektant wnętrz 4

NATIONAL GEOGRAPHIC

6.00 Duży, wielki, największy
7.00 Historia wieżowców
9.00 Maszyny wagi ciężkiej
10.00 Najniebezpieczniejsze miejsca świata
11.00 Fabryki smaku
13.00 Niszczycielskie żywioły
14.00 Poszukiwacze złota
16.00 Car SOS: Remont w siedem dni
17.00 Fabryki smaku
19.00 Wielka egipska wyprawa: Bez mapy
20.00 Sprawa dla Explorera
21.00 Premiera: W poszukiwaniu Boga z Morganem Freemanem
0.00 Wrogi świat: Góry
1.00 Tuż przed tragedią
2.00 Autostrada przez piekło

DISCOVERY CHANNEL

6.00 Supertransporty
6.50 Rekin w wielkim mieście: Nowy Jork
7.35 Od destrukcji do produkcji
8.00 Gorączka złota: rzeka skarbów
9.00 Łowcy opali
10.00 Superpociągi
11.00 Mega maszyny Alaski
12.00 Gra o skarb
13.00 Najniebezpieczniejszy zawód świata 12
14.00 Złomowisko PL
15.00 Odjazdowe bryki braci Collins 4 – mag.
16.00 Zawodowcy: drwale
18.00 Handel USA
19.00 Warsztat-reaktywacja
20.00 Złomowisko PL
22.00 Amerykański chopper
23.00 Górnicy PL

POLECANE DLA DZIECI TYLKO DLA DOROSŁYCH LIVE NA ŻYWO

TVP 1

4.35 **Klan** (3472, 3473) – telen., Pol. '19
5.35 **Barabasz** – dramat kostiumowy, Włochy 1961, 145 min
8.00 **Tydzień** – magazyn rolniczy
8.30 **Zakochaj się w Polsce** (32) – mag.
9.00 **Ziarno** – program dla dzieci
9.35 **Historia Zmartwychwstania**
10.00 **Transmisja mszy świętej**
12.40 **Daleko od domu: Przygody żółtego psa** – film przygodowy, USA 1995, 95 min
Angus wybiera się z ojcem w rejs łodzią. Gdy fala przewraca ich łajbę, Johna odnajdują ratownicy, lecz jego syn musi sam dotrzeć na ląd.
14.15 **Wielka moc** – koncert wielkanocny Telewizji Polskiej i Radia Plus
15.10 **Jack Hunter w poszukiwaniu grobowca Echnatona** – film przygodowy, USA 2008, 110 min
Łowca przygód Jack Hunter pomaga rządowi USA odnaleźć Gwiazdę Niebios. W Egipcie dołącza do badaczki, która odkryła sarkofag faraona.
17.00 **Teleexpress**
17.30 **Jaka to melodia?** – telet. muz.
18.30 **Sanatorium miłości** – reality show
19.25 **Sport**
19.30 **Wiadomości, pogoda**

TVP 2

4.45 **Król i ja** – film animowany, USA 1999, reż. Richard Rich, 95 min
6.20 **Orędzie wielkanocne**
6.30 **Świat według T.S. Spiveta** – film przygodowy, Francja/Australia/Kanada 2013, 115 min
8.25 **Beethoven na tropie skarbu** – film familijny, USA 2014, 110 min
10.15 **W 80 dni dookoła świata** – film przygodowy, USA 1956, 170 min
13.05 **Wielkanoc z Dwójką** – magazyn
14.00 **Familiada** – teleturniej
14.35 **Koło fortuny** (484) – teleturniej
15.15 **Szansa na sukces. Opole 2019** (3) – widowisko muzyczne
16.20 **Moje wielkie greckie wesele** – komedia romantyczna, USA/Kanada 2002, 100 min
USA. Pochodząca z konserwatywnej greckiej rodziny Toula (Nia Vardalos) zakochuje się w Ianie (John Corbett). Bliscy nie akceptują go, gdyż nie jest on ich rodakiem.
18.00 **Panorama, pogoda**
18.25 **Sport telegram**
18.30 **rodzinka.pl** (257) – serial komediowy, Polska 2019
19.00 **Wybuchowa para** – komedia sensacyjna, USA 2010, 115 min

POLSAT

6.00 **Nowy dzień** – pr. informacyjny
9.05 **Pierwszy lot** – film animowany, USA 2006, 20 min
9.25 **Baranek Shaun: Film** – film animowany, USA/Francja 2015, 110 min
Shaun jest mieszkającym na farmie barankiem, którego największym marzeniem jest cały dzień wolny od pracy. Kiedy jednak gospodarz ginie bez śladu, Shaun i inne zwierzęta postanawiają go odszukać.
11.15 **Fantastyczna czwórka** – film s.f., USA/Niemcy 2005, 135 min
Doktor Reed (Ioan Gruffudd) przewodzi wyprawie naukowej, podczas której wszyscy członkowie załogi ulegają napromieniowaniu i zyskują nadprzyrodzone zdolności. Teraz muszą stanąć do walki z milionerem pragnącym władzy nad światem.
13.30 **Vaiana: Skarb oceanu** – film animowany, USA 2016, 135 min
15.45 **Twoja Twarz Brzmi Znajomo 11** (9) – program rozrywkowy
17.45 **Nasz nowy dom** (138) – reality show
18.50 **Wydarzenia**
19.20 **Sport, pogoda**
19.30 **Państwo w państwie** – pr. publ.

TVN

5.20 **Uwaga!** – mag. reporterów
5.45 **Mango** – telezakupy
8.00 **Zbuntowana księżniczka** – komedia, USA/Wielka Brytania/Francja 2008, 120 min
10.00 **Podróż do wnętrza Ziemi** – film przygodowy, USA 2008, 115 min
11.55 **Diagnoza** (8) – serial obyczajowy, Polska 2019
12.55 **Szóstka** (3) – serial obyczajowy, Polska 2019
13.55 **Bociany** – film animowany, USA 2016, 110 min
15.45 **Tarzan: Legenda** – film przygodowy, USA/Wielka Brytania/Kanada 2016, 135 min
18.00 **Big Brother Tydzień** (5) – reality show
19.00 **Fakty**
19.25 **Sport, pogoda**
19.45 **Uwaga!** – mag. reporterów
20.00 **MasterChef Junior** (8) – pr. rozr.
Kulinarny autorytet, Andrea Camastra, pokazuje uczestnikom, jak krok po kroku przygotować jej autorskie danie. To niezwykle risotto, które łączy w sobie smaki Włoch i Polski. Znając przepis, mali kucharze postarają się go odtworzyć.

20

SERIAL OBYCZAJOWY

20.10 Stulecie Winnych (8)

Po zdaniu matury Ania dalej się kształci. Wkrótce zostaje ulubioną studentką Janusza Korczaka. Tymczasem druga z bliźniaczek, Mania, wraca do Brwinowa. Podczas świątecznego festynu Łucja po raz pierwszy publicznie prezentuje swoje rysunki.
(Polska 2019, 55')

21.05 **Paryż może poczekać** – komedia obycz., Jap./USA 2016, 105 min
Anne (Diane Lane), żona producenta filmowego, szuka sensu w życiu. Jacques, współpracownik jej męża, proponuje osamotnionej kobiecie wspólną wycieczkę samochodową z Cannes do Paryża. Podróż zbliża ich do siebie i jest zaczątkiem romansu.
22.50 **Woda dla słoni** – dramat obyczajowy, USA 2011, 130 min
1.00 **Noe: Wybrany przez Boga** – dramat przygodowy, USA '14, 145 min

PROGRAM ROZRYWKOWY

20.55 Dance Dance Dance (8-ost.)

W finale show zmierzą się dwie pary. Uczestnicy w duecie zaprezentują się aż dwa razy, a ponadto każdy z nich zatańczy solówkę. Tym razem o zwycięstwie nie zadecydują jurorzy, a widzowie, którzy w trakcie emisji programu będą mogli wysyłać SMS-y na swoich faworytów. Program uświetni występ jurorki Ady Nowakowskiej.
(Polska 2019, 150')

23.25 **Afera Thomasa Crowna** – film sensacyjny, USA 1999, 125 min
Z muzeum znika obraz. Pracująca dla firm ubezpieczeniowych agentka Banning (Rene Russo) podejrzewa, że za kradzieżą stoi Crown (Pierce Brosnan), kolekcjoner dzieł sztuki. By to udowodnić, zaprzyjaźnia się z nim. Sprawy się komplikują.
1.30 **C.K. Dezerterzy** (1, 2-ost.) – komedia, Polska/Węgry 1985, 160 min

SERIAL OBYCZAJOWY

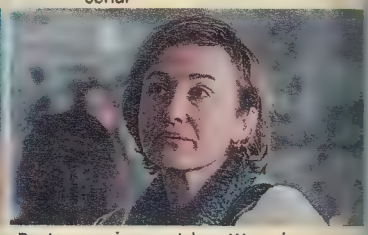
20.00 W rytmie serca (48)

Skłócona z Adamem Maria wyjawia, że ostatniej nocy była w Warszawie z Nowackim. Oszalały z zazdrości doktor podczas kolejnego spotkania z rywalem wdaje się z nim w bójkę. Weronika i Szarek usilnie starają się zdemaskować podpalacza, który sieje zamęt w Kazimierzu i okolicach.
(Polska 2019, 65')

21.05 **Kabaret na żywo** (57) – pr. rozr.
0.00 **Cenny ładunek** – film sensacyjny, Kanada 2016, 120 min
Napad zaaranżowany przez szefa mafii Eddiego Pilosę (Bruce Willis) kończy się niepowodzeniem. Gangster tropi uwodzicielską złodziejkę Karen (Claire Forlani), która go oszukała. Przestępczyni chce jednak odzyskać jego zaufanie.
2.00 **Parnassus** – film fantasy, Francja/Kanada/Wielka Brytania '09, 150 min

OBYCZAJOWY

21.25 Szóstka (4) – serial



Beata poznaje syna Johna. Wyznaje Pawłowi, że to ona otrzyma nerkę Olgi. Szybko znajdują wspólny język. Babcia nie może się skontaktować z Natalią. Kamil też nie wie, co się stało. Między Stańczakiem a Izą dochodzi do kolejnych spięć. Rodzice kobiety dowiadują się o przeszczepie.
(Polska 2019, 60')

22.25 **Transformers: Wiek zagłady** – film s.f., USA/Chiny 2014, 190 min
Mija kilka lat od bitwy kosmicznych robotów. Mechanik Cade (Mark Wahlberg) kupuje ciężarówkę, nie zdając sobie sprawy, że to Optimus Prime. Mężczyzna i jego bliscy zostają wciągnięci w kolejną wojnę.
1.35 **Big Brother Tydzień** (5) – reality show
2.35 **Last Minute** – komedia, Polska 2013, 100 min

TVP HD

5.45 **51. KFPP Opole 2014**
6.55 **Makłowicz w podróży**
8.10 **Ja to mam szczęście!** (41, 42) – kom.
9.10 **rodzinka.pl** (13-15)
10.45 **Okrasa łamie przepisy**
11.50 **Ranczo 4** (41, 42)
13.55 **To był rok!** (3) – rozr.
15.05 **Okrasa łamie przepisy**
15.40 **Pies imieniem Duke** – film obyczajowy, Kanada 2012
17.20 **Sanatorium miłości**
18.20 **Ojciec Mateusz 21** (269, 270) – krym.
20.10 **Za jakie grzechy, dobry Boże?** – kom., Francja 2014
21.55 **Kontakt** (5) – krym.
23.00 **Głęboka woda** (12)
23.55 **Gwiazdy kina**
0.55 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
2.10 **Makłowicz w podróży**

TVP POLONIA

6.10 **Zakochany anioł** – komedia romantyczna, Polska 2005
7.55 **Słoneczna włócznia** (3, 4) – przyg.
9.00 **Baw się słowami**
9.30 **Ziarno** – dla dzieci
10.00 **Transmisja mszy świętej**
12.40 **Krótki film o Warszawie** (22) – cykl rep.
12.55 **Złoty środek** – kom., Polska 2009
14.40 **Księga obyczaju**
15.00 **Wielka moc**
15.55 **Oczy w oczy** (114)
16.30 **Leśniczówka** (49, 50)
17.30 **Teleexpress**
17.50 **Parada oszustów** (1, 2)
19.45 **Dobranocka**
20.00 **Wiadomości, pogoda**
20.45 **Zemsta** – kom., Polska 2002
22.30 **Wielka moc**

TVP HISTORIA

8.00 **Strażnicy piątej ewangelii** – film dok.
9.05 **U Pana Boga w ogródku** (6) – kom.
9.50 **Historia w postaciach zapisana** – dok.
11.40 **Mont Saint – Michel: Opactwo na skale**
12.55 **Odkryć tajemnicę** (2)
13.55 **Wielkie widowiska natury** (3) – dok.
14.55 **Pewnego razu na Dzikim Zachodzie** – western, USA/Wł. '68
17.45 **Poszukiwacze skarbów** (3) – dok.
18.20 **Duma i uprzedzenie** (3, 4) – kostium.
20.30 **Utracony świat Aleksandra Wielkiego** (4)
21.30 **Matylda** – film kostiumowy, Rosja 2017
23.25 **Apollo 11: pierwszy krok na Księżycu**

TVP KULTURA

7.50 **Którędy po sztukę**
8.05 **Dranie w kinie** – mag.
8.45 **Trzeci punkt widzenia**
9.25 **Gość oczekiwany**
10.35 **Chleb, miłość i zazdrość** – komedia, Włochy 1954
12.30 **Trzy miasta, trzy epoki** (2) – film dok.
13.30 **Miasto** – film anim.
13.40 **Chuligan literacki**
14.20 **Arminio** – opera
17.15 **Niedziela z...** – kult.
18.05 **Wojna domowa** (4)
18.45 **Ostatnia akcja** – kom. sens., Polska 2009
20.25 **Młoda Wiktoria** – dram. hist., Wielka Brytania/USA 2009
22.15 **Trzeci punkt widzenia**
22.50 **Czarny kot, biały kot** – komediodramat, Francja/Niemcy/Jugosławia 1998

TVP ABC

11.25 **My Little Pony**
11.50 **Shimmer i Shine**
12.20 **Miś Uszatek** – anim.
12.50 **Stacyjkowo** – anim.
13.00 **Pszczółka Maja**
13.15 **Bella i Sebastian**
13.30 **Masza i Niedźwiedź**
13.35 **Krecik i panda**
13.55 **Księga Ksiąg** – anim.
14.25 **Dzień, w którym Heniś poznał...** – anim.
14.40 **Tabaluga** – anim.
15.10 **Zwierzaki Czytaki** (59)
15.25 **Yakari** – anim.
15.40 **Śpiewajmy z Arką Alleluja** – widowisko
16.30 **Dinotrux** – anim.
17.00 **Rescue Bots 3** – anim.
17.25 **Robot Trains** – anim.
17.45 **Sara i Kaczorek 2**
18.05 **My Little Pony**
18.30 **Shimmer i Shine**
19.00 **Wieczorynka**
20.10 **Masza i Niedźwiedź**

TV TRWAM

14.00 **Paweł VI, papież czasów burzy** (1)
15.45 **100 cudownych miejsc na świecie**
16.00 **Informacje dnia**
16.10 **Koncert życzeń**
17.00 **Tam, gdzie Bóg płacze**
17.30 **Okiem kamery**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Przedstawienie musi trwać** – film dok.
19.15 **100 cudownych miejsc na świecie**
19.30 **Moja katolicka rodzina**
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc Ojczyzna**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Wielki Tydzień. Zespół Pieśni i Tańca „Śląsk" im. Stanisława Hadyny** (2)
22.15 **Procesja dziejów**

HIT DNIA DVB STACJE DOSTĘPNE ZA DARMO W NAZIEMNEJ TELEWIZJI CYFROWEJ

TVN 4 DVB

6.00 **Jeźdźcy smoków na końcu świata** (42, 43)
7.05 **Flintstonowie** (34, 36, 37) – anim.
8.45 **Dinozaur** – film animowany, USA 2000, 100 min
10.25 **Galileo** (739, 740)
12.30 **Obcy na poddaszu** – film fantasy, USA/Kan. 2009, 100 min
14.10 **Park jurajski** – film przygodowy, USA 1993, 165 min
16.55 **Next** – thriller s.f., FILM USA 2007, 125 min
Cris umie przewidzieć, co przyniosą najbliższe minuty. Musi powstrzymać bardzo groźnych przestępców.
19.00 **Galileo** (741)
Reporterzy sprawdzą, czym od klasycznych chipsów różnią się te pieczone w piecu albo białkowe. Nie zabraknie również historii klucza.

TVN 7 DVB

5.50 **Ukryta prawda** (544)
6.50 **Mango** – telezakupy
8.55 **Big Brother** (24, 25)
10.55 **Zakochani po uszy** (53-56) – telen.
13.15 **Rewolwer i melonik** – film sensacyjny, USA 1998, 105 min
Agent i meteorolożka (Uma Thurman) muszą unieszkodliwić terrorystę, który zyskał władzę nad procesami atmosferycznymi.
15.00 **Był sobie chłopiec** FILM – komediodramat, Niemcy/USA/Francja/Wielka Brytania 2002, 135 min
17.15 **Kapitan Ameryka: Zimowy żołnierz** FILM – film s.f., USA 2014, 165 min
Steve Rogers (Chris Evans), znany jako Kapitan Ameryka, odkrywa niebezpieczny spisek w szeregach organizacji T.A.R.C.Z.A.

TV PULS DVB

5.50 **Flash** (19) – serial akcji
6.45 **Przygody Merlina 4** (9)
7.40 **Bibliotekarze 2** (9)
8.35 **Oskar** – komedia, Francja 1967, 95 min
10.10 **Czy to ty, czy to ja?** – film familijny, USA 1995, 135 min
12.25 **Kopciuszek** – film familijny, Niemcy 2011, 75 min
Kopciuszek mieszka ze złą macochą i jej córkami. Pewnego dnia król wydaje bal na cześć swojego syna.
13.40 **Barabasz** (1,-2-ost.) – dram. hist., USA/Włochy 2012, 235 min
Uwolniony zamiast Jezusa Barabasz otrzymuje szansę na zmianę swojego życia.
17.35 **Król Artur** – film FILM przygodowy, USA/Wlk. Bryt./Irlandia 2004, 145 min

POLSAT 2

6.00 **Disco gramy** – muz.
7.00 **Awantura o kasę** (68) – teleturniej
8.00 **Nasz nowy dom** (126) – reality show
9.00 **Dzień, który zmienił moje życie** (111-115)
14.00 **Przyjaciółki** (152)
15.00 **Nasz nowy dom** (115) – reality show
16.00 **W bliskim planie** – magazyn
17.00 **SuperLudzie** (17)
17.30 **Oblicza Ameryki**
18.00 **Malanowski i partnerzy** (221, 222)
Naczelny prosi o odszukanie jednej ze swoich dziennikarek, która nagle zniknęła.
19.00 **Ewa gotuje** (347)
Gospodyni przygotuje propozycje lunchowe, czyli kanapki. Użyje do nich pasty z dyni i wędzonego indyka.
19.30 **SuperPies** (20) – mag. poradnikowy
20.05 **Wydarzenia**

TVP INFO DVB

5.55 **Powitanie – Poranek: Serwis Info**
9.21 **Pogoda Info**
9.29 **Serwis Info**
9.49 **Pogoda Info**
9.59 **Serwis Info**
10.56 **Pogoda Info**
10.59 **Serwis info weekend**
11.52 **Pogoda Info**
11.59 **Serwis info weekend**
12.52 **Pogoda Info**
12.59 **Serwis info weekend**
13.52 **Pogoda Info**
13.59 **Serwis info weekend**
15.00 **To jest temat** – mag. reporterów
15.30 **Kościół z bliska** – magazyn religijny
15.59 **Info dzień**
16.51 **Pogoda Info**
17.00 **Teleexpress**
17.15 **Teleexpress Extra**
17.32 **Teleexpress na deser**
17.47 **Serwis info weekend**
18.00 **Panorama**
18.16 **Serwis info weekend**
18.30 **Studio Zachód** – publ.
19.00 **Głębia ostrości** – rep.
19.25 **Serwis info weekend**

TVP 3 DVB

6.00 **Pożyteczni.pl** – mag.
6.30 **Wiatr od morza**
7.05 **Żywy Bałtyk** (8) – dok.
7.35 **Sanatorium miłości** (3)
8.30 **Agape** – mag. religijny
9.00 **Stjepan i Malena – stary człowiek i bocian** – dok., Niem.
10.00 **Program lokalny**
12.05 **Ginące zawody** (46)
12.20 **Biblia – Tajemnica Zmartwychwstania**
12.35 **Śląsk jest piękny:** Niedziela Wielkanocna – gawędy Marka Szołtyska
13.00 **Sanatorium miłości:** Święta, Święta!
13.50 **Święta z jajem** (3, 4)
14.15 **Koncert Wielkopostny**
15.05 **Pogoda**
15.15 **Sekrety ojca** (28)
16.10 **Pod Tatrami** – mag.
16.20 **Wielkanoc jak malowanie** – rep.
16.45 **Dziennik regionów – tematy dnia**
17.00 **Cafe piosenka** – mag.
17.30 **Program lokalny**

20.00 Zaginiony świat: Park jurajski FILM

Na jednej z wysp żyje kilka dinozaurów. Hammond prosi o pomoc naukowców, Iana Malcolma oraz Sarah Harding (Julianne Moore, zdj.). Gady chce bowiem uwięzić jego chciwy siostrzeniec.
(USA 1997, 165')

22.45 Kapitan Corelli FILM – melodramat, Wielka Brytania/Francja/USA 2001, 160 min
II wojna światowa. Włoski kapitan Corelli (Nicolas Cage) zakochuje się z wzajemnością w pięknej Greczynce. Kobieta ma już jednak narzeczonego.
1.25 Śmierć na talerzu (1)

20.00 Big Brother Arena (6)

Uczestnicy już kilka tygodni żyją w zamknięciu. Dom opuści kolejna osoba. Przywitają ją Agnieszka Woźniak-Starak i Bartek Jędrzejak (oboje na zdj.).
(Polska 2019, 90')

21.30 Superseans:
Szybcy i wściekli 5 FILM – film sensacyjny, USA 2011, 160 min
Były policjant (Paul Walker) pomaga przyjacielowi. Uciekają do Rio de Janeiro. Tam czeka ich zadanie.
0.10 Czas na miłość – komediodramat, Wielka Brytania 2013, 150 min

20.00 Gladiator FILM – historyczny

Rok 180 naszej ery. Rzymianie dowodzeni przez Maximusa (Russell Crowe, zdj.) pokonują Germanów. Zazdrosny cesarz zleca zabójstwo generała i jego rodziny. Maximus wymyka się śmierci i zostaje gladiatorem.
(USA 2000, 185')

23.05 Zielona mila FILM – dramat obyczajowy, USA 1999, 235 min
Strażnik więzienny Paul spotyka skazanego za zamordowanie dwóch dziewczynek Johna. Osadzony uzdrawia śmiertelnie chorą żonę naczelnika zakładu karnego.

20.45 7 sekund FILM – kino akcji

Były komandos Delta Force, a obecnie zawodowy złodziej, Jack Tuliver (Wesley Snipes, zdj.), musi odbić członka swojej ekipy z rąk rosyjskich gangsterów.
(Rumunia/Szwajcaria/Wielka Brytania 2005, 120')

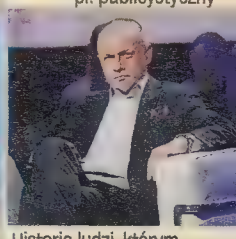
22.45 Tajemnica
Westerplatte FILM – film wojenny, Polska/Litwa 2013, 145 min
Grupka Polaków broni się przed niemieckim atakiem. Heroizm miesza się z poczuciem nieuchronnej klęski.
1.10 Kabaretowa Ekstraklasa – pr. rozr.
1.40 Wydarzenia

19.30 Wiadomości – magazyn

Serwis prezentujący najnowsze wydarzenia z kraju i ze świata z dziedziny polityki, gospodarki, kultury oraz życia społecznego. Informacje przedstawia m.in. Edyta Lewandowska (zdj.).
(Polska, 28')

19.58 Gość „Wiadomości"
20.13 Minęła dwudziesta
21.00 W pełnym świetle
21.24 Flesz Info Wieczór
21.40 Studio LOTTO
21.49 Strefa starcia – publ.
23.00 INFO wieczór
23.21 Nie da się ukryć extra – pr. publicyst.
0.00 Serwis info weekend
0.25 Wiadomości
0.53 Gość „Wiadomości"

20.00 Ocaleni – pr. publicystyczny



Historie ludzi, którym udało się wygrać walkę z nałogiem. Wyjaśniają oni widzom, co sprawiło, że podjęli tę trudną walkę.
(Polska 2018-2019, 60')

21.00 Program lokalny
21.35 Piosenka u Ciebie – reportaż
22.00 Dziennik regionów
22.25 Kryminalna siódemka: Extra – magazyn
22.45 Sądy, przesądy: W powiększeniu; Wstęp do filmu
23.45 Paszporty Paragwaju – film dok., Pol. 2018
0.45 Żywy Bałtyk (8) – dok.
1.15 Turystyczna jazda
1.25 Pod Tatrami – mag.

TVS

6.00 **Śląska karuzela** – muz.
7.00 **Koncert życzeń**
8.15 **Bajkowa TVS**
9.55 **Mała lista TVS** – muz.
10.35 **Propozycje do „Małej listy TVS"** – muz.
10.55 **Kuchnia po śląsku**
11.30 **Koncert w TVS** – muz.
13.30 **Serce z węgla** – dok.
14.05 **Przy muzyce po śląsku**
14.45 **U Bacy na cacy** – kult.
15.00 **Śląska karuzela** – muz.
16.00 **Koncert życzeń**
17.15 **My wam to zagramy**
17.50 **Święta wojna**
18.20 **Kuchnia po śląsku**
18.50 **Muzyczne podróże**
19.25 **Szlagierowa lista TVS – zapowiedź** – muz.
19.50 **Top 5 newsów tygodnia silesia flesz** – inf.
20.00 **Szlagierowa lista TVS**
22.00 **Koncert życzeń**
23.20 **Śląska karuzela** – muz.

SUPER POLSAT DVB

8.00 **Przygody Kota w Butach**
8.35 **Szaleństwa panny Ewy** – film obycz., Polska 1984
10.40 **SuperLudzie** (38) – dok.
11.15 **Piękny umysł** – dram. FILM obycz., USA 2001
13.55 **Najzabawniejsze filmiki Ameryki** (11)
14.25 **Świat według Kiepskich** – kom.
14.55 **Sport w Super Polsacie**
17.00 **Świat według Kiepskich** (474, 475)
18.00 **Pieczone gołąbki** FILM – kom., Polska 1966
20.00 **Moja macocha jest kosmitką** FILM – komedia, USA 1988
22.15 **Ślad** (3) – krym.
23.15 **Lepiej późno niż wcale** (1) – reality show

TVN FABUŁA

6.00 **Small talk z Anią**
6.05 **BrzydUla** (46-50)
9.00 **Dr House** (14, 15)
11.00 **Agencie, podaj łapę** – komedia, USA/Australia 2001
13.00 **Babe: Świnka z klasą** – film familijny, Australia/USA 1995
15.00 **Dziewczyny z Hollywood:** Marilyn Monroe
15.15 **Numerek z Dorotą**
15.25 **Johnny English** – kom. sens., Wielka Brytania/Francja 2003
17.10 **Harry Potter i Zakon Feniksa** FILM – film przyg., Wlk. Bryt./USA 2007
20.00 **Harry Potter i Książę Półkrwi** FILM – film fantasy, Wlk. Bryt./USA 2009
23.10 **D-Tox** – thriller, FILM USA/Niemcy 2002

POLSAT FILM

6.00 **Stołeczna drogówka** (45, 46) – serial dok.
7.00 **Przyjaciółki** (127)
8.00 **Sezon na misia 2** – film anim., USA 2008
9.30 **Doktor Dolittle 3** – kom., USA/Kan. 2006
11.30 **Bella i Sebastian 2** – film familijny, Francja 2015
13.35 **Alicja w Krainie Czarów** – film fantasy, USA 2010
15.55 **X-Men: Ostatni bastion** FILM – film s.f., Francja/USA 2006
18.10 **Piękny umysł** FILM – dram. obycz., USA 2001
21.00 **Klasyczna niedziela: Patriota** FILM – dram. hist., USA/Niemcy 2000
0.25 **Babel** – dramat społeczny, Francja/USA/Meksyk 2006

ROMANCE TV

7.50 **Górscy ratownicy** (75-79) – obycz.
12.30 **Donna Leon: Mroczna godzina** – film kryminalny, Niemcy 2008
14.20 **Katie Fforde: Szczęście Belli** FILM – melodramat, Niemcy/USA 2017
16.15 **Straszliwie bogata para** FILM – komedia, Niemcy 2017
18.05 **Rodzinka w opałach** (1, 2) – serial obycz.
20.00 **Maria Montessori – życie dla dzieci** FILM (1, 2) – dramat biograf., Włochy 2007
0.05 **Górscy ratownicy** (79)
1.00 **Maria Montessori – życie dla dzieci** (1, 2) – dramat biograf., Włochy 2007

KINO POLSKA

6.00 **Kocie ślady** – film krym., Polska 1971
7.45 **Pajęczarki** – kom. obycz., Polska 1993
9.55 **Stawka większa niż życie** (11, 12)
12.15 **Zaklęte rewiry** – dram. obyczajowy, Polska/Czechosłowacja 1975
14.30 **Ziemia obiecana** – dramat obyczajowy, Polska 1974
17.55 **Piąta pora roku** FILM – film obyczajowy, Polska 2012
20.00 **80 milionów** – kom. FILM sens., Polska 2011
22.10 **Bejbi Blues** – dram. FILM obycz., Polska 2012
0.15 **Ewa** – dramat obyczajowy, Pol. 2010
2.35 **TV okazje**
3.00 **Krab i Joanna** – film obycz., Polska 1980

POLECANE DLA DZIECI · TYLKO DLA DOROSŁYCH · LIVE NA ŻYWO

TVN SERIALE

6.05 U Pana Boga za piecem – komedia, Polska 1998, 105 min
7.50 U Pana Boga za miedzą – komedia, Polska 2009, 125 min
9.55 Ranczo 3 (40)
10.55 Ranczo 4 (41)
11.55 Rodzinka.pl (68, 69)
13.15 Ojciec Mateusz 14 (182) – krym., Polska
14.10 Ranczo 4 (42-44)
17.15 U Pana Boga za miedzą – komedia, Polska 2009, 115 min
Zbliżają się wybory burmistrza. Królowy Most staje się areną walki politycznej. Do tego daje o sobie znać banda Gruzina (Władimir Abramuszkin).
19.10 Ojciec Mateusz 14 (183) – krym., Polska
Na dyskotece dochodzi do sprzeczki między Kacprem a Tomkiem. Drugi z nich zostaje zaatakowany w szatni.

TTV DVB T

5.50 Ostre cięcie 9 (1, 2)
7.15 DeFacto 9 (1)
7.45 DeFacto 10 (6)
8.15 Gogglebox. Przed telewizorem 6 (10)
9.00 Vlogbox. W necie (2)
9.45 Gogglebox. Przed telewizorem 8 (12-ost.)
10.45 Express – inf., Polska
11.05 Kossakowski. Wtajemniczenie 3 (1)
11.50 Orzeł czy reszka?
12.50 Druga twarz 3 (5)
13.50 Królowe życia. Po godzinach (5)
14.05 Vlogbox. W necie (7)
14.45 Gogglebox. Przed telewizorem 10 (9)
15.45 Express – inf., Polska
16.00 Pogoda – inf., Polska
16.05 Dżentelmeni i wieśniacy 3 (2)
17.05 Patent na kasę (22)
17.45 Express – inf., Polska
18.00 Pogoda – inf., Polska
18.05 Patent na kasę (23)
18.40 Zamiana żon 2 (2)
19.45 Express – inf., Polska
20.00 Pogoda

PULS 2 DVB T

5.50 Królowie aukcji 3 (15, 16) – dok.
6.50 Wojciech Cejrowski. Boso – Karaiby (4, 5)
8.20 Zakochany kundel – film animowany, USA 1955, 85 min
9.45 Aladyn – film anim., USA 1992, 115 min
11.40 Iniemamocni FILM – film animowany, USA 2004, 135 min
13.55 Kapuśniaczek FILM – komedia, Francja 1981, 125 min
Na francuskiej prowincji zjawia się kosmita. Zafascynowany smakiem kapuśniaczku prosi o przepis.
16.00 Moja dziewczyna FILM – komediodramat, USA 1991, 120 min
11-letnia Vada (Anna Chlumsky) chce zapobiec małżeństwu swojego ojca. Z czasem przekonuje się do jego nowej partnerki.

TV6 DVB T

6.00 Top 10 – lista przebojów – pr. muz.
7.00 Detektywi w akcji (45) – fab.-dok.
8.00 Jaś Fasola (8) – kom.
Jaś zatrzymuje się w hotelu. Kiedy dociera do pokoju, odkrywa, że okno wychodzi na ceglany mur.
8.30 Galileo (179, 180)
10.35 Powrót do przyszłości 3 FILM – komedia s.f., USA 1990, 145 min
Marty odkrywa, że dr Brown przeniósł się na Dziki Zachód i tam zginął. Postanawia uratować przyjaciela.
13.00 Gwiazdy Kabaretu (9)
14.00 Nokaut (8) – kom.
15.00 Policjantki i Policjanci (258-260)
Karolina prowadzi szkolenie z samoobrony dla kobiet. Pojawia się na nim zaniedbana kursantka, która jest jednak bardzo pilna.

STOPKLATKA TV DVB T

5.50 Titanic 1912: Akta sprawy (1)
6.45 Arka Noego – film przygodowy, Wielka Brytania 2015, 115 min
8.40 Scena śmiechu (3, 4)
10.40 Nieustraszeni bracia Grimm – film fantasy, USA/Czechy/Wielka Brytania 2005, 135 min
12.55 Książę i ja: Królewskie wesele – komedia romantyczna, USA 2006, 115 min
14.50 Kate i Leopold – komedia romantyczna, USA 2001, 155 min
Rok 1876. Zamożny książę przypadkiem przenosi się w czasie do XXI wieku.
17.25 Spacer po linie FILM – dramat biograficzny, USA 2005, 155 min
Johnny Cash robi wielką karierę. Na jednym z koncertów poznaje June, dla której porzuca rodzinę.

13 ULICA

6.00 Napisała: Morderstwo 6 (3, 4) – krym.
8.00 Akta zbrodni (91-94)
10.00 Morderstwa w Midsomer 20 (5, 6)
Barnaby bez entuzjazmu godzi się wziąć udział w ślubie znajomych. W trakcie uroczystości atakuje zabójca.
14.00 Kobra – oddział specjalny 19 (11, 12)
Zostaje obrabowany bank. W trakcie pościgu za przestępcami policjanci poznają dziewczynę, która zdaje im relację.
16.00 Zabójcze umysły 6 (23) – serial krym.
U wybrzeży Florydy zostaje odkryty masowy grób. Ciotka Morgana podejrzewa, że wśród ofiar może być jej zaginiona córka.
17.00 Zabójcze umysły 3 (1-4) – serial krym.

20

20.00 Znachor FILM – obyczajowy

Od chirurga Wilczura (Jerzy Bińczycki, zdj.) odchodzi żona. Lekarz upija się, a niebawem traci pamięć. Mija 15 lat. Gdzieś na prowincji znachor przeprowadza trudną operację...
(Polska 1981, 140')
22.20 Ranczo 4 (45, 46)
Zbliżają się urodziny wojewody. Wójt rozmyśla nad odpowiednim prezentem. Pomysł podsuwa mu Łukasz. Klaudia organizuje kurs modnych subkultur.
0.20 Miłość na wybiegu FILM – komedia romant., Polska 2009, 105 min
2.05 Londyńczycy 2 (1)

20.05 Kossakowski. Wtajemniczenie 3 (1)

Podróżnik Przemek Kossakowski (zdj.) zostanie zaproszony na wielkie indyjskie wesele w Kalkucie. Spróbuje tam swoich sił w tradycyjnym tańcu bharatanatjam.
(Polska 2019, 50')
20.55 Królowe życia 6 (2, 3)
Dagmara zabiera Jacka do kawiarni, w której jest mnóstwo kotów. Okazuje się, że przyjaciel jest uczulony na ich sierść.
22.20 Druga twarz 3 (6)
23.20 Vlogbox. W necie (7)
0.05 Gogglebox. Przed telewizorem 10 (6)
1.05 Gogglebox. Przed telewizorem 8 (12-ost.)

OBYCZAJOWY

18.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (177-181)

Ziutek i Rolecki przychodzą do punktu skupu, aby sprzedać mosiężną figurkę i kupić dwa kanistry. Stały klient wyjaśnia, że znaleźli pracę w sektorze spożywczym. Wkrótce okazuje się, że szuka ich dwóch mężczyzn.
(Polska 2019, 295')
22.55 Agenci NCIS 8 (3, 4)
Sierżant Heather Dempsey, która jest specjalistką od ładunków wybuchowych w marynarce wojennej, strzela do mężczyzny, który włamał się do jej domu. Intruz umiera
0.35 Lekarze na start (31)
1.20 Niesamowite! (7-10)

KRYMINALNY

18.00 Columbo (1) – serial

Milioner Clifford Calvert zostaje wplątany w sprawę morderstwa swojego wspólnika. Jednak Columbo sądzi, że to żona podejrzanego ma nieczyste sumienie.
(USA 1997, 120')
20.00 Galileo (181)
Wizyta u Haro, który w dalszym ciągu szkoli się w obozie Legii Cudzoziemskiej w Gujanie Francuskiej.
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (58, 59) – serial krym.
22.55 Zmartwychwstały FILM – dramat obyczajowy, USA 2016, 130 min
1.05 Hawaje 5-0 (2)

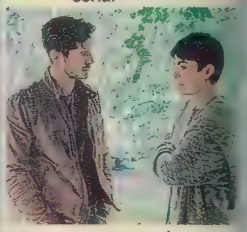
THRILLER

20.00 Air Force One FILM

Terroryści podstępem porywają samolot prezydenta USA i grożą zakładnikom. Dowódca porywaczy, Ivan Korshunov (Gary Oldman, zdj.), żąda uwolnienia aresztowanego nacjonalisty.
(USA/Niemcy 1997, 160')
22.40 Co kryje prawda FILM – thriller, USA 2000, 150 min
W nowym domu przykładnego małżeństwa dzieją się dziwne rzeczy. Claire bada sprawę tajemniczej śmierci studentki.
1.10 Weekend – komedia sensacyjna, Polska 2010, 150 min

KRYMINALNY

21.00 Koroner (1) – serial



Jenny Cooper pracuje jako koroner. Badanie przypadków nagłej śmierci z podejrzanych przyczyn to dla niej codzienność. Tym razem prowadzi śledztwo w sprawie zgonu nastolatka.
(Kanada 2019, 60')
22.00 Prawo i porządek: Sekcja specjalna 16 (11-13) – krym.
Dziewczyna otrzymuje propozycję spotkania ze swoim idolem. Wkrótce potem zostaje napadnięta. Olivia sądzi, że sprawcą jest właśnie celebryta.
1.00 Morderstwa w Midsomer 20 (5, 6)

TVP SPORT DVB T

6.00 Piłka nożna: Eliminacje ME: Polska – Łotwa
8.10 Gimnastyka sportowa: ME w Szczecinie – 1. dzień
10.05 Hokej: NHL – mecz 1. rundy fazy play-off
12.00 Pierwsza Dama
13.05 Łyżwiarstwo figurowe: MŚ w Saitamie
14.55 Piłka nożna: LOTTO Ekstraklasa
17.00 Opowieści o mundialu
18.00 Wszystkie gole MŚ FIFA 2018 – film dok.
19.50 Sport w Polsce – sto lat historii – film dok.
21.00 Hokej: NHL – mecz
LIVE 1. rundy fazy play-off
0.00 Strongman (16): Liga Mistrzów 2018
1.00 Galeria Legend Ekstraklasy – film dok.

EUROSPORT 1

6.00 Snooker: MŚ w Sheffield – 1. dzień
8.30 Kolarstwo: Tour of Turkey – 5. etap
9.30 Snooker: MŚ w Sheffield – 1. dzień
11.00 Snooker: MŚ w Sheffield – 2. dzień
LIVE
14.00 Kolarstwo: Tour of Turkey – 6. etap
LIVE
15.15 Kolarstwo: Wyścig Amstel Gold Race
LIVE
17.30 Kolarstwo: Tour du Finistere
18.30 Kolarstwo: Tour of Turkey – 6. etap
19.25 Wiadomości Eurosportu
19.30 Snooker: MŚ w Sheffield – 2. dzień
LIVE
22.55 Wiadomości Eurosportu
23.05 Kolarstwo: Tour of Turkey – 6. etap

POLSAT SPORT

6.00 Boks: Gala w Londynie – waga ciężka: Dave Allen – Lucas Browne
8.30 Boks: Walka o pas WBO World w Nowym Jorku: Terence Crawford – Amir Khan
11.00 Cafe Futbol – mag.
12.30 Piłka nożna: Fortuna 1. liga – mecz: PGE FKS Stal Mielec – Chojniczanka Chojnice
14.30 Tenis: Turniej ATP
LIVE w Monte Carlo – finał
17.00 Żużel: Turniej o Złoty Kask – zawody finałowe w Pile
19.30 Sporty walki: UFC Fight Night: Overeem vs. Oleinik – waga ciężka: Alistair Overeem – Aleksiej Olejnik
23.00 Boks: Gala w Londynie
1.00 Sporty walki: KSW

POLSAT PLAY

11.00 1000 sposobów na
11.30 Autościema – czyli jak kupować, by nie żałować (54)
12.00 Chłopaki do wzięcia
13.00 Małoletni tatuśkowie
13.30 Drwale i inne opowieści Bieszczadu
14.00 Więzienie (28)
14.30 Policjanci (1)
15.00 Górale (24)
15.30 Polacy w świecie (19)
16.00 Hardkorowy lombard
18.00 Wojny kontenerowe
19.00 Top 20 – Umrzesz ze śmiechu (20)
20.00 Polacy za granicą (9)
21.00 Budowlańcy (1)
21.30 Chłopaki do wzięcia
22.00 Drwale i inne opowieści Bieszczadu
22.30 Łowca pedofilów (55)
23.00 Policjanci (1)
23.30 Gangland (7)

TVN TURBO

8.00 Wypad z kraju (2)
8.45 Niezwykłe rozbiórki
9.15 Raport końcowy
9.30 101 napraw (2, 8)
10.30 Garaż Dudy (1)
11.30 Automaniak (1) – rozr.
12.30 Absurdy drogowe (8)
13.00 Megatransporty (2)
13.45 Nowy Gadżet (8)
14.15 Wojny samochodowe (8) – pr. rozr.
15.00 Klimek kontra Duda
15.45 Wyburzacze (8) – rozr.
16.30 Pomoc drogowa 24h
17.15 Służba więzienna (8)
18.00 Najlepsze samochody XXI wieku (2)
18.30 Składaki z Las Vegas
19.30 Mistrzowie wpadek
20.30 Wojny samochodowe
21.15 Automaniak (1) – rozr.
22.15 Samochód marzeń – kup i zrób (7, 8)
23.45 Zakup kontrolowany

POLO TV DVB T

9.00 To hit! – pr. muzyczny
9.05 Selfie z fanem – Najlepsze z tygodnia!
10.00 To hit! – pr. muzyczny
10.10 Wyzwanie Wojtka G.!
11.00 Dance w Polo TV
12.00 To hit! – pr. muzyczny
12.05 Popołudniowy relax
13.00 Disco Relax – pr. muz.
14.00 Weekend z...
14.15 Dance w Polo TV
14.30 Disco Polo Live
15.15 Weekend z...
15.35 Kuchnia polowa – najlepsze przepisy
16.00 Imprezuj z nami – najlepsze z czwartku
18.00 Disco Star 7 (7) – rozr.
19.30 Dance w Polo TV
20.00 Koncert w Polo TV – najlepsze z 2018 roku – koncert
21.45 I love disco – pr. muz.
23.00 Disco Mix w Polo TV

AXN

6.00 **Iluzja** (7-9) – serial kryminalny, USA 2018
8.45 **Terminator: Ocalenie** – thriller s.f., USA/Niemcy/Wlk. Bryt./Włochy 2009, 135 min
11.00 **Karate Kid 3** – film przygodowy, USA 1989, 140 min
13.20 **Designated Survivor** (9-12) – serial krym. Tajne dokumenty zostają opublikowane w internecie. Agentka Wells próbuje udowodnić udział w spisku kandydata na wiceprezydenta.
17.10 **Nie wszystko złoto, co się świeci** – komedia przyg., USA 2008, 135 min Ben (Matthew McConaughey) szuka zaginionego posagu królowej. Po wielu latach natrafia w końcu na pewien bardzo obiecujący trop.
19.25 **Bohater ostatniej akcji**

11-letni miłośnik kina akcji dzięki czarom trafia do filmowego świata. Zostaje partnerem swojego idola, policjanta Slatera (Arnold Schwarzenegger, zdj.). (USA 1993, 155')
22.00 **Premiera: Na własną rękę** – film sens., USA 2002, 135 min W ataku terrorystów na Los Angeles giną m.in. żona i syn strażaka Brewera (Arnold Schwarzenegger). Mężczyzna chce się zemścić.
0.15 **Azyl** – thriller, USA 2002, 125 min
2.20 **Iluzja** (7, 8) – krym.

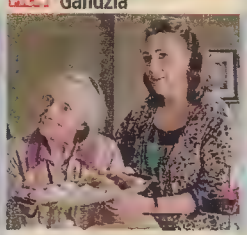
TV ROZRYWKA

6.30 **Wielkanocna Gala Studia 1** – pr. rozr.
7.35 **Gwiazdozbiór TVP Rozrywka**
8.10 **Laskowik & Malicki**
9.10 **Kabaret za kulisami**
10.10 **Latający Klub 2, czyli wieczór kabaretowy**
11.05 **To był rok!** (3) – rozr.
12.10 **Gwiazdozbiór TVP Rozrywka**
12.45 **Hity kabaretu** (22)
13.50 **Prywatne życie zwierząt 2** (8)
14.25 **Sanatorium miłości**
15.25 **Andre Rieu: Witaj w moim świecie** (1)
16.15 **Big Music Quiz** (14)
17.20 **Hity kabaretu** (1, 2)
19.25 **Kabaret za kulisami**
20.30 **Wielka moc** Repertuar wielkanocnego koncertu stanowią utwory współczesnych twórców muzyki chrześcijańskiej, m.in. formacji Hillsong czy Michaela W. Smitha.
21.30 **N jak Neo-Nówka i przyjaciele**

Tematem przewodnim jest EURO 2012. Formacje Neo-Nówka, Kabaret Moralnego Niepokoju oraz Ani Mru-Mru wcielają się w sławnych piłkarzy. Satyrycy pokazują, jak wyglądają mecze. (Polska 2014, 65')
22.35 **Szansa na sukces. Opole 2019** (2) Uczestnicy śpiewają piosenki z repertuaru Anny Jantar, a ich wykonania ocenia Natalia Kukulska wraz z Adamem Sztabą.
23.40 **Koło fortuny** (484)
0.25 **Olga Lipińska zaprasza** (35): Wielkanoc
1.20 **Dwoje i ich boje** (1-3)

ATM ROZRYWKA

6.00 **Disco Gramy**
7.00 **TV Okazje** – magazyn
7.30 **Ewa gotuje** (261, 262)
8.30 **5 o'Clark** (13)
9.00 **Pierwsza miłość** (2858-2862) – obycz.
12.35 **Na rybę** (4): Słupsk
13.00 **Małolaty** (2, 3) Marysia zakochuje się w przystojnym Szymonie. By zwrócić na siebie jego uwagę, zaczyna pić alkohol i wagarować.
15.00 **Świat według Kiepskich** (445, 447, 449, 451) – serial kom. Halinkę dręczą koszmary. Śnią się jej byli lokatorzy mieszkania. Kiepska rozpoczyna prywatne śledztwo.
17.00 **Słoiki** (25, 26) Andrzej ma problem ze spłatą kredytu na mieszkanie. Tymczasem partner jego lokatorki okazuje się pasożytem.
19.05 **Babcia Gandzia**



Paryż. Paulette nie jest w stanie utrzymać się z emerytury. W jej ręce przypadkowo trafia duża paczka haszyszu. Kobieta postanawia wykorzystać szansę. (Francja 2012, 115')
21.00 **Peep Show** (41, 42)
22.00 **Świat według Kiepskich** (257, 258) Październik znajduje w piwnicy butelki Kiepskiego. Z każdą z nich wiąże się bardzo ciekawa historia.
23.00 **Coś pięknego** – komediodramat, Włochy 2010, 140 min
1.20 **Na krawędzi 2** (5)
2.15 **Słoiki** (7)

TVN STYLE

5.05 **Wiem, co jem na diecie** (10)
5.40 **Gwiazdy od kuchni** (8)
6.15 **Rodzice pod ostrzałem** (5)
7.20 **Apetyt na miłość** (6)
8.20 **Kulisy sławy extra** (8)
8.50 **Wielkanoc ze smakiem**
9.50 **Patenciary** (8)
10.25 **Śluby marzeń** (8)
11.30 **Co nas truje** (6)
12.15 **Sablewska od stylu. Na okazje** (8)
13.00 **Panny młode ponad miarę** (8)
14.05 **Eks-tra zmiana** (3)
15.05 **Kto tu mieszka?** (6)
15.50 **Pogromcy medycznych mitów** (1)
16.50 **Kobieta na krańcu świata** (5)
17.25 **Subiektywny ranking naj...** (5, 1) – magazy podróżniczy
18.35 **Co nas truje** (10, 6)
20.05 **Pani gadżet extra**
20.40 **Tak powstaje** (4)
21.15 **Miłość od kuchni** (7)

Bohater odcinka odwiedza trzy osoby przeciwnej płci. Oglądając ich mieszkania, decyduje, z którą z nich warto się lepiej poznać. (Polska 2019, 60')
22.15 **Powrót doktora Szczyta** (8) Widzowie przekonają się, jak wygląda praca plastyków nadzorowanych przez doktora Marka Szczyta.
23.15 **Uzależnienie od ekranu**
0.25 **Jerozolima – między niebem a ziemią**
0.55 **Kulisy sławy extra** (8)
1.25 **W dobrym stylu** (8)
2.10 **Wiem, co jem** (10, 4)

FOKUS TV

6.00 **Wehikuł czasu**
6.05 **Wszystko o jedzeniu** (12, 7)
7.00 **Wehikuł czasu**
7.05 **Wszystko o jedzeniu** (4)
7.35 **Sąsiedzi** (1-9)
9.15 **Polowanie na wodne potwory** (1)
10.15 **Podniebne safari**
11.15 **Starożytni kosmici**
12.15 **OSP. Na ratunek!** (5)
13.25 **Gwiazdy lombardu** (32-35) Corey ogląda plymoutha z 1933 roku. Kolejny klient przynosi kieszonkową grę elektroniczną firmy Mattel.
15.00 **Kryptonim szef** (4)
15.55 **OSP. Na ratunek!** (1-4)
20.00 **Porażki inżynierów** (3) Przyczyny katastrofy pociągu transportującego ropę. Ten przerażający wypadek pochłonął 47 ofiar.
21.00 **Cała prawda o alkoholu**

Javid Abdelmoneim ukazuje wpływ napojów wyskokowych na ludzki organizm. Aby zaprezentować szkodliwość alkoholu, sięga po wyniki najnowszych badań. (Wielka Brytania 2016, 70')
22.10 **Oddział XXL** (9, 10) Lisa, która zmaga się z otyłością i depresją, otrzymuje wsparcie od swojej mamy. 21-letni Jackson ma wiele do przemyślenia.
23.10 **Niesamowite zagadki medyczne** (3)
0.15 **Aukcje XXL** (10, 11)
1.10 **Pod lupą** (2)
2.00 **Tajemnice historii** (6, 7)

ID

6.00 **Mroczne sekrety małżeńskie** – dok.
6.25 **Zbrodnia (nie)doskonała** – dok
7.10 **Zaginieni** – serial dok
8.00 **W sieci kłamstw**
9.00 **Świadek czy zabójca**
10.00 **Medium z Long Island** (14)
12.00 **Morderstwo na bagnach** – dok.
14.00 **W umyśle mordercy**
15.00 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet** (8, 9) – serial dok.
18.00 **Dusiciel z Charlotte** (1, 2) – serial krym. Lata 90. Seryjny morderca sieje postrach w Charlotte. Śledczy Garry McFadden próbuje schwytać szaleńca.
20.00 **Za wszelką cenę** Były żołnierz obiecuje żonie, że porzuci dla niej tryb życia lekkoducha. Wkrótce kobieta poznaje jego mroczne sekrety.
21.00 **Prawdziwy horror**

20-letnia Kristy Ray pilnie uczy się w koledżu. Kiedy zostaje uprowadzona, lokalna policja zwraca się o pomoc w poszukiwaniach do FBI i lokalnej społeczności. (USA 2019, 60')
22.00 **Premiera: Morderca z sąsiedztwa** – dok. W 2000 roku Jessica Carpenter pada ofiarą seryjnego zabójcy. Policjanci i członkowie jej rodziny opowiadają o śledztwie.
23.00 **Tajemnice jeziora Erie** – serial dok.
0.00 **Śledztwo na wizji**
1.00 **Zbrodnie i kary**
2.00 **Zło w genach** – dok.

TLC

6.25 **Wiza na miłość**
7.10 **Rodzinka 5+**
8.00 **Salon sukien ślubnych: Wielka Brytania**
10.00 **Ty też możesz być fit**
11.00 **Cofnij czas** – pr. rozr.
12.00 **Randka z Gokiem**
13.00 **Domowe wizyty dr. Christiana**
14.00 **Medyczne hity i kity**
14.30 **Historie wielkiej wagi**
16.30 **Ślubna metamorfoza**
17.00 **TLC Top 10** – pr. rozr.
18.00 **Salon sukien ślubnych: Wielka Brytania**
19.00 **Panny młode ponad miarę**
20.00 **Ciąża z zaskoczenia**
20.30 **Niezwykłe przypadki medyczne**
21.30 **Surowi rodzice**
22.30 **Pasjonaci czy wariaci?**
23.00 **Zabójcza miłość**
23.30 **Operacje w Tajlandii**

POLSAT CAFE

6.00 **Nadziani rodzice**
7.00 **Oszpecone piękno**
8.00 **Bubble Wrap Boy**
9.00 **Nadmiar skóry**
10.00 **Poprawki skalpelem**
11.00 **Gwiazdy na dywaniku**
11.30 **Demakijaż** – pr. rozr.
12.00 **Życie z nowotworem twarzy** – film dok.
13.00 **Bogaty dom – biedny dom** – pr. rozrywkowy
14.00 **Nasz nowy dom**
15.00 **Demakijaż** – pr. rozr.
15.30 **Gwiazdy na dywaniku**
16.00 **Shopping Queen**
17.00 **Skrzywdzone**
18.00 **Randka z nieznajomym** – reality show
19.00 **Jak matka z córką**
20.00 **Zdrady**
21.00 **Oszukane**
22.00 **Gry małżeńskie**
23.00 **Zdrady**
0.00 **Śmierć w Hollywood**

HGTV

12.00 **Ogrodowe rewolucje 16**
12.30 **Domy z potencjałem**
13.30 **Łowcy domów do remontu 12** – pr. rozr.
14.30 **Domowe rewolucje 3**
15.30 **Para w remont 2**
16.30 **Zgłoś remont 4**
17.30 **House Hunters – Poszukiwacze domów 5**
18.00 **Nowy dom, nowe miejsce 2**
19.00 **Łowcy domów do remontu 10** – pr. rozr.
20.00 **Nowe życie na Karaibach 11** – rozr.
20.30 **Nowe życie w Meksyku 2** – prozr.
21.00 **Remontujemy dom na plaży 4** – pr. rozr.
22.00 **Dorota inspiruje**
23.00 **Zarobić na remoncie – Atlanta 2** – pr. rozr.

DOMO+

10.45 **Pokochaj swój ogród 7**
11.40 **Ucieczka na wieś 15**
13.20 **Cudotwórcy 4** – mag.
15.00 **Wielkie projekty: Australia 7**
16.00 **Pogotowie remontowe Wieśka 2**
16.30 **Lifting wnętrz z Marią Semczyszyn**
17.00 **Daleko od miasta 5**
17.30 **Tomasz Pągowski: projekt LOKALny 2**
18.00 **Meblokreacje 4**
18.30 **Rośliny Karoliny 3**
19.00 **Express domowy**
19.10 **Ucieczka na wieś 16**
21.00 **George Clarke przedstawia: najwspanialsze z małych 4**
21.55 **Cudotwórcy – kupno, sprzedaż 3**
23.40 **Luksus nie z tej ziemi**

NATIONAL GEOGRAPHIC

6.00 **Stocznia**
8.00 **Ekskluzywny rejs**
10.00 **Kierunek Wild: Dzika Floryda**
12.00 **Dzikie Borneo**
13.00 **Dziki Daleki Wschód**
14.00 **Wrogi świat**
15.00 **Chiny z powietrza**
17.00 **Igranie ze śmiercią**
18.00 **Free Solo: ekstremalna wspinaczka**
20.00 **Przedziwna planeta Ziemia**
21.00 **Wrogi świat**
22.00 **Wielka egipska wyprawa**
23.00 **Zagadka kamiennych olbrzymów**
0.00 **Za milion lat**
1.00 **Świat bez cenzury: Świat bez cenzury**
2.00 **Sprawa dla Explorera**
3.00 **Zjawiska paranormalne**

DISCOVERY CHANNEL

6.00 **Traktory na start**
6.50 **Najniebezpieczniejszy zawód świata 12**
7.35 **Na bagnach Florydy**
8.00 **Zawodowcy: drwale**
9.00 **Złomowisko PL**
11.00 **Ciężarówką przez Stany** – pr. rozr.
14.00 **Bimbrownicy**
15.00 **Gorączka złota: rzeka skarbów: Za blisko**
16.00 **Złomowisko PL**
17.00 **Odjazdowe bryki braci Collins 4** – mag.
18.00 **Granice wytrzymałości Zachara**
18.30 **Ed Stafford poza cywilizacją: Australia**
19.30 **Mistrz demolki**
20.00 **Auto-reaktywacja**
21.00 **Gorączka złota: rzeka skarbów**
22.00 **Lotnisko**
23.00 **Zawodowcy: drwale**

POLECANE DLA DZIECI · TYLKO DLA DOROSŁYCH · LIVE NA ŻYWO

TVP 1

5.35 Napoleon – film familijny, Australia/Japonia 1995, 85 min
7.00 Transmisja mszy świętej
8.00 Planeta lasów – serial przyrodniczy, Hiszpania 2017
8.40 Królestwo – film dokumentalny, Francja/Niemcy 2015
10.25 Jeździec bawołów – film obycz., Korea Południowa 2015, 95 min
12.00 Regina Coeli
12.20 Bosco Boys – reportaż
12.55 Niezwykłe więzi delfinów – film dokumentalny, USA 2016
13.45 Wokół mórz – serial dokumentalny, Francja 2018
14.15 Ojciec Mateusz (271) – serial kryminalny, Polska 2019
15.10 Jack Hunter i Gwiazda Niebios FILM – film przygodowy, USA '09, 110 min
Dzielny archeolog trafia do Stambułu. Musi odnaleźć Gwiazdę Niebios, nim zrobi to jego wróg. Ten bowiem współpracuje z rosyjską mafią.
17.00 Teleexpress
17.30 Halo Włodku! Benefis Włodzimierza Szaranowicza – widowisko
18.40 Jaka to melodia? – telet. muz.
19.25 Sport
19.30 Wiadomości, pogoda

TVP 2

4.55 Koło fortuny (287) – teleturniej
5.40 Quo vadis – dramat historyczny, USA 1951, 175 min
8.35 Na szlaku Alleluja – western komediowy, USA 1965, 155 min
1867 rok. Do Denver ma wkrótce dotrzeć transport whisky. Działaczka ruchu antyalkoholowego, Cora Templeton (Lee Remick), na czele grupy kobiet wyrusza do miasta.
11.10 C.K. Dezerterzy (1, 2-ost.) – komedia, Polska/Węgry 1985, 170 min
1918 r. Do garnizonu na węgierskiej wsi przybywa zastępca dowódcy, von Nogay (Wojciech Pokora). Postanawia on przekształcić zbieraninę maruderów w prawdziwych żołnierzy cesarsko-królewskiej armii.
14.00 Familiada – teleturniej
14.35 Koło fortuny (485) – teleturniej
15.15 rodzinka.pl (258) – serial komediowy, Polska 2019
15.50 Dance Dance Dance (8-ost.) – program rozrywkowy
18.00 Panorama, pogoda
18.25 Sport telegram
18.35 Moje wielkie greckie wesele FILM – komedia romantyczna, USA/Kanada 2002, 100 min

POLSAT

4.55 Disco Gramy – program muzyczny
5.40 Telezakupy TV Okazje – magazyn
6.00 Nowy dzień – pr. informacyjny
7.30 Mała syrenka – film animowany, USA 1989, 105 min
9.15 Gdzie jest Nemo? – film animowany, USA 2003, 140 min
11.35 Gdzie jest Dory – film animowany, USA 2016, 130 min
13.45 Nie wierzcie bliźniaczkom – komedia, USA 1998, 165 min
Rozdzielone przy narodzeniu bliźniaczki Hallie i Annie (podwójna rola Lindsay Lohan) poznają się jako 11-latki na letnim obozie. Postanawiają zjednoczyć rodzinę.
16.30 Zaplątani FILM – film animowany, USA 2010, 140 min
Złodziej Flynn ucieka z łupem przed wspólnikami. Skrywa się w wieży, w której więziona jest śliczna i mądra Roszpunka. Dziewczyna marzy o wydostaniu się na wolność.
18.50 Wydarzenia
19.20 Sport, pogoda
19.40 I żyli długo i zaplątani – film animowany, USA 2012
19.45 Gorączka lodu – film animowany, USA 2015

TVN

5.50 Uwaga! – mag. reporterów
6.20 Mango – telezakupy
7.25 Nowa Maja w ogrodzie (8) – mag.
7.55 Akademia ogrodnika (8) – mag.
8.00 Bociany – film animowany, USA 2016, 105 min
9.45 Podróż na tajemniczą wyspę – film przygodowy, USA '12, 115 min
11.40 Weronika Mars – dramat kryminalny, USA 2014, 125 min
Prawniczka Veronica Mars (Kristen Bell) od dziesięciu lat mieszka w Nowym Jorku. Pewnego dnia był chłopak zwraca się do niej z prośbą o pomoc. Okazuje się, że został niesłusznie oskarżony o morderstwo.
13.45 Transformers: Wiek zagłady – film s.f., USA/Chiny 2014, 195 min
17.00 Wojownicze żółwie ninja FILM – film przygodowy, USA 2014, 120 min
Nowy Jork. Shredder (Tohoru Masamune) i jego klan zdobywają władzę nad miastem. Kontrolują lokalną policję i polityków. Czwórka zmutowanych żółwi, mistrzów sztuk walki, chce pokrzyżować jego plany.
19.00 Fakty
19.25 Sport, pogoda
19.45 Uwaga! – mag. reporterów

TELENOWELA DOKUMENTALNA

20.15 Rolnik szuka żony 6

Marta Manowska (zdj.) odwiedza dziesięciu rolników, którzy wierzą, że znajdą się w programie i właśnie tu poznają swoją drugą połówkę. O tym, kogo widzowie będą dalej oglądać, zadecyduje liczba listów napisana do danego gospodarza. W premierowym odcinku prowadząca zaprezentuje ich sylwetki.
(Polska 2019, 65')
21.20 Piknik z niedźwiedziami FILM – komedia, USA 2015, 115 min
Bill Bryson (Robert Redford) chce przebyć pieszo Szlak Appalachów. W podróż zabiera ze sobą przyjaciela, Stephena Katza (Nick Nolte), który ucieka przed wierzycielami.
23.15 Paryż może poczekać FILM – komedia obyczajowa, Japonia/USA 2016, 100 min
0.55 Woda dla słoni – dramat obyczajowy, USA 2011, 125 min

DRAMAT

20.15 Ben Hur FILM – historyczny

Jerozolima, I w. Judah (Jack Huston, zdj.) odmawia swojemu przyrodniemu bratu, rzymskiemu oficerowi Messali (Toby Kebbell), pomocy w stłumieniu powstania Żydów. Za karę zostaje skazany na prace niewolnicze. Po latach wraca, by się zemścić.
(USA 2016, 135')
22.30 Wybuchowa para – komedia FILM sensacyjna, USA 2010, 115 min
Niezdarna June (Cameron Diaz) spotyka na lotnisku Roya (Tom Cruise), który również leci do Bostonu. Wkrótce dowiaduje się, że mężczyzna jest tajnym agentem, a ona została uznana za jego wspólniczkę.
0.25 Ponad wszelką wątpliwość – thriller, USA/Arabia Saudyjska 2009, 115 min
2.20 Jeden dzień – melodramat, USA/Wielka Brytania 2011, 110 min

FAMILIJNY

19.55 Megahit: Piękna i Bestia FILM

Oczytana Bella (Emma Watson, zdj.) mieszka z ojcem Maurycym (Kevin Kline) w niewielkiej wiosce. Pewnego dnia mężczyzna trafia do ponurego zamku i staje się więźniem zaklętego w bestię księcia (Dan Stevens). Aby ratować ojca, wrażliwa dziewczyna decyduje się zająć jego miejsce.
(USA/Wielka Brytania 2017, 165')
22.40 Ślad (60) – serial kryminalny, Polska 2019
Detektywi muszą zbadać sprawę zabójstwa Jana Gołowskiego, dzięki któremu kilka lat temu udało się zdemaskować Mariusza Bieleckiego, seryjnego gwałciciela. Niedawno skazaniec odzyskał wolność. Wkrótce sam pada ofiarą zabójstwa.
23.50 Niezniszczalni 3 – film sensacyjny, FILM USA/Bułgaria/Francja '14, 170 min
2.40 Tajemnice losu – pr. rozrywkowy

BAJKA FILMOWA

20.00 Kopciuszek FILM – kino familijne

Mądra i piękna Ella (Lily James, zdj.), zdana na łaskę okrutnej macochy oraz przyrodnich sióstr, stara się zachować odwagę i dobroć w każdej sytuacji. Kiedy los stawia na jej drodze księcia, Ella postanawia wyjść naprzeciw przeznaczeniu. Dziewczynie pomaga w tym wróżka chrzestna.
(USA/Wielka Brytania 2015, 130')
22.10 Włoska robota – film sensacyjny, FILM USA/Fr./W. Bryt. 2003, 135 min
Szajka złodziei kradnie złoto wielkiej wartości. Jeden z przestępców, Steve (Edward Norton), próbuje zabić pozostałych. Następnie ucieka z łupem. Celem byłych wspólników staje się zemsta na zdrajcy.
0.25 Chyłka – zaginięcie (4) – serial kryminalny, Polska 2018
1.25 Pretty Woman – komedia romantyczna, USA 1990, 130 min

TVP HD

7.45 Ojciec Mateusz 16 (212) – krym.
8.40 Ojciec Mateusz 17 (213) – krym.
9.40 Ranczo 5 (62)
10.40 Akademia Pana Kleksa (1, 2-ost.) – film przygodowy, Polska/ZSRR 1983
13.45 Za jakie grzechy, dobry Boże? – kom., Francja 2014
15.30 Gdybym miał skrzydła FILM – dramat obycz., Kanada 2013
17.05 Sanatorium miłości
18.05 Ojciec Mateusz 9 (112)
18.55 Ranczo 5 (63)
19.55 rodzinka.pl (11, 12)
21.00 Nieobliczalni FILM – kom. sens., Francja 2012
22.45 Uziemieni FILM – kom., Francja/Belgia 2013
0.25 Tygrysy Europy (5)

TVP POLONIA

11.15 Wielkanoc z Dwójką
12.00 Regina Coeli (Anioł Pański)
12.20 Jezus w Afryce
12.50 Historia jednego obrazu (25) – fel.
13.05 Ostatnia akcja – kom. FILM sens., Polska 2009
14.40 Teatr Telewizji: Paradiso
16.10 Zakochaj się w Polsce (32) – magazyn
16.35 Laskowik & Malicki
17.30 Teleexpress
17.50 Parada oszustów (3, 4)
19.45 Dobranocka
20.00 Wiadomości, pogoda
20.45 O mnie się nie martw 9 (5)
21.35 Teatr Telewizji: Paradiso
23.00 Halo Włodku! Benefis Włodzimierza Szaranowicza – widowisko

TVP HISTORIA

8.35 U Pana Boga w ogródku (7) – kom.
9.30 Klerycy w komunistycznej armii
10.30 Lodowa planeta (1)
11.35 Wielkie widowiska natury (3) – dok.
12.30 PKF – cykl dok.
12.45 Spitfire Guya Martina
14.05 Niezwykłe historie Biało-Czerwonych
14.30 Ogniem i mieczem FILM – film hist., Pol. 1999
17.35 Flesz historii (439)
17.50 PKF – cykl dok.
18.10 Duma i uprzedzenie (5, 6) – kostium.
20.10 Solidarność Walcząca kontra komunizm
21.10 El Dorado FILM – western, USA 1967
23.20 Odtajnione akcje szpiegowskie (1)
0.15 Anioły Żegoty

TVP KULTURA

8.45 Młoda Wiktoria – dram. hist., Wielka Brytania/USA 2009
10.40 Chleb, miłość i... – kom., Włochy 1955
12.30 Trzy miasta, trzy epoki (3) – film dok.
13.25 Studio Kultura – rozmowy – mag.
13.40 Score: A Film Music Documentary
15.25 Wielka ucieczka FILM – wojenny, USA 1963
18.20 Hollywood in Vienna: James Horner
20.00 Informacje kulturalne
20.20 Uczta Babette – film FILM obycz., Dania 1987
22.15 Którędy po sztukę
22.25 Koneser – melodram., FILM Włochy 2013
0.45 Wpływ księżyca – kom. romantyczna, USA 1987

TVP ABC

11.50 Shimmer i Shine
12.20 Miś Uszatek – anim.
12.50 Stacyjkowo – anim.
13.00 Pszczółka Maja
13.15 Bella i Sebastian
13.30 Masza i Niedźwiedź
13.35 Krecik i panda
13.55 Księga Ksiąg – anim.
14.25 Dzień, w którym Heniś poznał... – anim.
14.40 Tabaluga – anim.
15.10 Zaczarowany świat
15.25 Yakari – anim.
15.40 W krainie baśni
16.10 Nela Mała Reporterka (17) – mag.
16.30 Dinotrux – anim.
17.00 Rescue Bots 3 – anim.
17.25 Robot Trains – anim.
17.45 Sara i Kaczorek 2
18.05 My Little Pony
18.30 Shimmer i Shine
19.00 Wieczorynka
20.10 Masza i Niedźwiedź

TV TRWAM

12.50 Tydzień, który zmienił świat – film dok.
13.25 Koncert życzeń
14.15 Paweł VI, papież czasów burzy (2)
15.50 Humpty Dumpty
16.15 Sanktuaria polskie
16.30 Zew natury – eduk.
16.55 Świadkowie – rep.
17.20 100 cudownych miejsc na świecie
17.30 Okiem kamery
18.05 Informacje dnia
18.15 Rozmowy niedokończone – publ.
19.30 Historia wielkanocna
20.00 Informacje dnia
20.20 Różaniec
20.50 Myśląc Ojczyzna
21.00 Apel Jasnogórski
21.20 Informacje dnia
21.40 Głos serca (27)
22.30 Mojżesz – 10 przykazań (119)

HIT DNIA DVB STACJE DOSTĘPNE ZA DARMO W NAZIEMNEJ TELEWIZJI CYFROWEJ

TV4

- 6.00 STOP Drogówka
- 7.05 Przygody Kota w Butach (33) – anim.
- 7.35 Dragon Ball Super (16)
- 8.05 Flintstonowie (35, 36)
- 9.05 Mrówka Z – film animowany, USA 1998, 105 min
- 10.50 Król Lew – film animowany, USA 1994, 115 min
- 12.45 Flintstonowie – kom., USA 1994, 115 min
- 14.40 Dżungla – film anim., USA/Kanada 2006, 105 min
- 16.25 Zaginiony świat: Park jurajski – film przygodowy, USA 1997, 155 min
- 19.00 Policjantki i Policjanci (530)
- 20.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (289)
  Kuba Walczak zajmuje się sprawą zabójstwa profesora Wilczyńskiego i jego żony.

TVN 7

- 5.45 Ukryta prawda (545)
- 6.45 Mango – telezakupy
- 8.50 Big Brother Tydzień (5)
- 9.50 Big Brother Pobudka (26) – reality show
- 9.55 Przyjaciele (12)
- 10.35 Rango – film anim., USA 2011, 130 min
- 12.45 Big Brother Popołudnie (26)
- 12.50 Granice czasu – film fantasy, USA 2003, 145 min
- 15.15 Lego przygoda – film animowany, Australia/Dania/USA 2014, 125 min
  Krainie klocków zagraża tyran. Superbohaterowie łączą siły, żeby ocalić świat.
- 17.20 Big Brother Podwieczorek (26)
- 17.25 Królewna Śnieżka i Łowca – baśń filmowa, USA 2012, 155 min
- 20.00 Big Brother (26)

TV PULS

- 6.00 Czy to ty, czy to ja? – film familijny, USA 1995, 120 min
- 8.00 Moja dziewczyna – komediodramat, USA 1991, 135 min
- 10.15 Trzy życzenia – film obyczajowy, USA 1995, 135 min
- 12.30 Roszpunka – baśń filmowa, Niemcy 2009, 75 min
- 13.45 Sahara – film przygodowy, USA/Hiszpania/Niemcy/Wielka Brytania 2005, 150 min
- 16.15 Taxi 2 – komedia sensacyjna, Francja 2000, 105 min
  Policjant i taksówkarz próbują odnaleźć porwanego przez mafię japońskiego ministra.
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (186)
- 19.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (187) – obycz., Polska

POLSAT 2

- 6.00 Disco gramy – muz.
- 7.00 Dzień, który zmienił moje życie (116)
- 8.00 Dlaczego ja? (823)
- 9.05 Drwale i inne opowieści Bieszczadu (33)
- 9.35 Stołeczna drogówka (25) – dok., Polska
- 10.00 Na ratunek 112 (152)
- 10.30 Sekrety rodziny (44, 45) – paradok.
- 12.30 Nasz nowy dom (35)
- 13.30 Ewa gotuje (252)
- 14.00 Świat według Kiepskich (287-289)
- 15.30 Trudne sprawy (829)
- 16.30 Nasz nowy dom (36)
  Barbara samotnie wychowuje dzieci, a jej dom spłonął. Ekipa remontuje budynek.
- 17.30 Malanowski i partnerzy (223-225)
  Nastolatka twierdzi, że zaszła w ciążę z starszym mężczyzną. Matka prosi detektywów, by zbadali sprawę.

TVP INFO

- 5.55 Powitanie – Poranek: Serwis Info
- 8.50 Pogoda Info
- 8.59 Serwis Info
- 9.09 Minęła dziewiąta
- 9.22 Pogoda Info
- 9.29 Serwis Info
- 9.54 Pogoda Info
- 9.59 Serwis Info
- 10.51 Pogoda Info
- 10.59 Serwis Info
- 11.50 Pogoda Info
- 11.59 Serwis Info
- 12.50 Pogoda Info
- 12.59 Serwis Info
- 13.50 Pogoda Info
- 13.59 Serwis Info
- 14.49 Pogoda Info
- 14.59 Serwis Info
- 17.15 Teleexpress Extra
- 17.32 O co chodzi – publ.
- 18.00 Panorama
- 18.15 Panorama opinii
- 18.27 Serwis Info
- 18.42 Widziane z Polski
- 19.00 Serwis Info
- 19.30 Wiadomości
- 19.58 Gość „Wiadomości"
- 20.13 Minęła dwudziesta

TVP 3

- 6.55 Brat Michał od Braci Mniejszych – rep.
- 7.30 Bielik zwyczajny – król mórz – dok.
- 8.25 Pod Tatrami – mag.
- 8.45 Nożem i widelcem
- 9.05 Koncert Wielkopostny
- 10.00 Program lokalny
- 12.00 Ukryte skarby (1)
- 12.30 Brat Michał od Braci Mniejszych – rep.
- 13.00 Kryminalna siódemka – magazyn
- 13.15 Echo – reportaż
- 13.30 Śląsk jest piękny
- 13.55 Sanatorium miłości
- 14.45 Święta z jajem (5, 6)
- 15.05 Królowa jednej nocy (47)
- 16.00 Zakątek miłosierdzia – film dok., Pol. 2016
- 16.30 Kryminalna siódemka – magazyn
- 16.45 Dziennik regionów – tematy dnia
- 17.00 Moja praca – mag.
- 17.30 Program lokalny
- 20.00 Agape – mag. religijny

21.00 Snajper – kino akcji

Były sierżant piechoty morskiej Thomas Beckett (Tom Berenger, zdj.) wyrusza do Panamy. Ma zabić generała Alvareza, przywódcę buntowników zagrażających demokratycznemu porządkowi, a także narkotykowego bossa.
(USA/Peru 1993, 125')

- 23.05 Pokój grozy – thriller, USA 2016, 115 min
  Dana (Kate Beckinsale) przeprowadza się do wymarzonego domu. Otwiera pokój, z którym wiąże się przerażająca historia. Budzi uśpione upiory.
- 1.00 STOP Drogówka

21.00 Vinci – kryminalna

Cuma (Robert Więckiewicz, zdj.) wychodzi z więzienia. Na zlecenie pasera ma ukraść „Damę z łasiczką" Leonarda da Vinci. Złodziejowi pomaga były wspólnik (Borys Szyc, zdj.).
(Polska 2004, 140')

- 23.20 Big Brother Nocą (21) – reality show
  Interaktywne studio, w którym dziennikarze, influencerzy, ludzie mediów oraz eksperci omówią najciekawsze wydarzenia w Domu Wielkiego Brata.
- 23.55 Szybcy i wściekli 5 – film sensacyjny, USA 2011, 160 min

KATASTROFICZNY

20.00 Pompeje – film przygodowy

Młody gladiator Milo (Kit Harington, zdj.) zostaje wysłany do Pompejów na igrzyska. Wkrótce dowiaduje się, że w mieście gości morderca jego bliskich, bezwzględny senator Corvus.
(Kan./Niem./USA 2014, 125')

- 22.05 Gladiator – dramat historyczny, USA 2000, 200 min
  Rzymski generał Maximus ucieka przed wyrokiem śmierci i zostaje gladiatorem. Postanawia rzucić wyzwanie okrutnemu cesarzowi Kommodusowi.
- 1.25 Zobacz to!

PARADOKUMENTALNY

19.00 Gliniarze (100) – serial

Ktoś szantażuje kobietę. Sfilmowane zostały jej miłosne igraszki z przystojnym instruktorem tańca. Natalia Nowak i Robert Barcz prowadzą śledztwo.
(Polska 2017, 65')

- 20.05 Wydarzenia
- 20.45 Trudne sprawy (829)
  49-letnia Małgorzata oznajmia córkom, że jest w ciąży. Nie chce wyjawić z kim.
- 21.45 Dlaczego ja? (706)
- 22.50 Świat według Kiepskich (348, 349)
- 23.50 Zdrady (35) – paradok.
- 0.50 Gliniarze (100)
- 1.45 Interwencja – mag. reporterów

TALK-SHOW

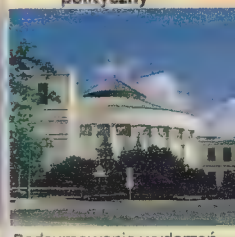
20.50 Warto rozmawiać

Dziennikarz Jan Pospieszalski (zdj.) zaprasza do studia telewizyjnego reprezentujących różne poglądy i punkty widzenia gości, by porozmawiać z nimi o aktualnych wydarzeniach.
(Polska 2018-2019, 50')

- 21.40 Studio LOTTO
- 21.49 W tyle wizji – publ.
- 22.31 W tyle wizji extra
- 23.00 INFO wieczór
- 23.30 W akcji – cykl rep.
- 23.55 Serwis Info
- 0.03 Nie da się ukryć extra – pr. publicyst.
- 0.33 Pogoda Info
- 0.45 Wiadomości
- 1.13 Gość „Wiadomości"
- 1.40 Minęła dwudziesta

MAGAZYN

20.30 Tygodnik polityczny



Podsumowanie wydarzeń z kraju, z uwzględnieniem działań podejmowanych przez prezydenta i Radę Ministrów. Nie zabraknie informacji o inicjatywach ustawodawczych.
(Polska 2018, 30')

- 21.00 Program lokalny
- 21.35 Zakątek miłosierdzia
- 22.00 Dziennik regionów
- 22.20 Echo – reportaż
- 22.45 Kryminalna siódemka – magazyn
- 23.00 Wyspa różowych dzwoneczków – rep.
- 23.15 Śląsk jest piękny
- 23.45 Królowa jednej nocy (47)
- 0.45 Moja praca – mag.

TVS

- 6.00 Śląska karuzela – muz.
- 7.00 Koncert życzeń
- 9.30 Koncert w TVS – muz.
- 10.55 Kuchnia po śląsku
- 11.30 Koncert w TVS – muz.
- 13.30 Muzyczny kącik Damiana Holeckiego
- 14.20 Przy muzyce po śląsku
- 14.50 U Bacy na cacy – kult.
- 15.00 Śląska karuzela – muz.
- 16.00 Koncert życzeń
- 17.15 My wam to zagramy
- 17.50 Kuchnia po śląsku
- 18.00 Koncert w TVS – muz.
- 20.00 Koncert w TVS: Jubileusz Mariana Makuli
- 23.00 Koncert życzeń
- 0.20 Kuchnia po śląsku – magazyn kulinarny
- 0.50 Top 100 wydarzeń XX wieku – dok.
- 3.00 Koncert w TVS – muz.

SUPER POLSAT

- 6.00 Flesz Integracja – mag.
- 6.05 Pierwsza klasa – short
- 6.25 Wydarzenia
- 7.05 W pustyni i w puszczy – film przyg., Pol. 2001
- 9.30 Ostatni górale – dok.
- 10.40 La Bamba – dram. biograf., USA 1987
- 12.55 Dzień dobry, kocham Cię – komedia romant., Polska 2014
- 14.55 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 4
- 16.30 Twoja Twarz Brzmi Znajomo 5 (42) – rozr.
- 18.30 11. Płocka Noc Kabaretowa – rozr.
- 21.00 Grzanie ławy – komedia, USA 2006
- 22.50 Cudowny dzień – komediodramat, Hiszpania 2015
- 1.10 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 4

TVN FABUŁA

- 6.00 Prosto w serce (103, 104) – obycz.-kom.
- 7.10 Columbo (5) – krym.
- 8.45 Hop – film familijny, USA 2011, reż. Tim Hill
- 10.45 Na Wspólnej (728)
- 12.35 Ralph Demolka – film animowany, USA 2012
- 14.40 Junior – komedia, USA 1994
- 16.55 Harry Potter i Książę Półkrwi – film fantasy, Wlk. Bryt./USA 2009
- 20.00 Królewna Śnieżka – baśń film., USA 2012
- 22.15 Szkoła filmowa (3): Jan Peszek – mag.
- 22.50 Nocny pościg – dram. sensacyjny, USA 2015
- 1.15 Dziewczyny z Hollywood 3 (9): Helena Bonham Carter
- 1.30 Plan w plan: „Pan T."
- 1.35 Fabuluuz (16) – mag.

POLSAT FILM

- 6.15 Stołeczna drogówka (46, 47) – serial dok.
- 7.15 Nasz nowy dom
- 8.15 Przyjaciółki (59, 60)
- 10.15 Kogel-mogel – kom. obycz., Polska 1988
- 12.30 Koń wodny: Legenda głębin – film fantasy, USA/Wlk. Bryt. 2007
- 14.55 Wiosła w dłoń: Zew natury – komedia, USA 2009
- 16.50 Shrek 2 – film anim., USA 2004
- 18.50 Bruce Wszechmogący – komedia, USA 2003
- 21.00 Intrygujący poniedziałek: Babel – dram. społ., Francja/USA/Meksyk 2006
- 0.00 Baywatch. Słoneczny patrol – kom., Wlk. Bryt./Chiny/USA 2017

ROMANCE TV

- 8.35 Cała wieś tańczy do heavy metalu – kom. obycz., Niemcy 2017
- 10.30 Burza uczuć (1890)
- 11.30 Górski lekarz (79)
- 12.30 Rosamunde Pilcher: Tajemnica wyspy kwiatów – film obycz., Niemcy 2018
- 14.20 Ella Schön: Inny świat – komedio-dram., Niemcy 2018
- 16.15 Burza uczuć (1890)
- 17.15 Górscy ratownicy (79)
- 18.10 Utta Danella: Kto pocałuje doktora? – komedia romant., Niemcy 2013
- 20.00 Górski lekarz (80)
- 21.00 Górscy ratownicy (80)
- 21.55 Atelier Fontana – dramat obycz., Włochy 2011
- 0.30 Burza uczuć (1890)

KINO POLSKA

- 6.00 Sekret Enigmy – film hist., Polska 1979
- 9.30 Piąta pora roku – film obycz., Polska 2012
- 11.35 Cudze szczęście – dramat obyczajowy, Polska/Niemcy 1997
- 13.30 Ambassada – komedia, Polska 201
- 15.25 Stawka większa niż życie (11, 12)
- 17.55 80 milionów – kom. sens., Polska 2011
- 20.00 Weekend – komedia sens., Polska 2010
- 22.35 Zgorszenie publiczn – komedia romant., Polska 2009
- 0.30 Sztuka kochania – kom. erot., Pol. 198
- 2.25 TV okazje
- 2.50 Wesela nie będzie – dramat obyczajowy Polska 1978

POLECANE DLA DZIECI · TYLKO DLA DOROSŁYCH · LIVE NA ŻYWO

TV SERIALE

5.40 Czterdziestolatek (2-4) – obycz., Polska
8.30 Ojciec Mateusz 14 (271) – krym., Polska
9.25 Ranczo Wilkowyje – komedia, Polska 2007, 100 min
11.05 Rodzinka.pl (72-74)
12.40 Ojciec Mateusz 14 (185) – krym., Polska
13.30 Ranczo 4 (45, 46) Michałowa ma kłopoty małżeńskie. Atmosfera na plebanii staje się nie do zniesienia.
15.35 Ojciec Mateusz 14 (186) – krym., Polska Policja bada sprawę kradzieży szyn kolejowych. Pierwsze kroki kieruje na złomowisko.
16.30 Ojciec Mateusz 15 (187) – krym., Polska
17.25 Znachor – dramat FILM obyczajowy, Polska 1981, 135 min
19.40 „Znachor" – tajemnice filmowego planu – reportaż

TTV DVB-T

6.30 Kossakowski. Wtajemniczenie 3 (1)
7.15 DeFacto 10 (5)
7.45 DeFacto 8 (1)
8.15 Gogglebox. Przed telewizorem 6 (11)
9.00 Vlogbox. W necie (3)
9.45 Gogglebox. Przed telewizorem 10 (6)
10.45 Express – inf., Polska
11.05 Damy i wieśniaczki. PL (8) – fab.-dok.
12.05 Orzeł czy reszka? (2)
13.05 Druga twarz 3 (1)
14.05 Vlogbox. W necie (4)
14.45 Gogglebox. Przed telewizorem 10 (5)
15.45 Express – inf., Polska
16.00 Pogoda – inf., Polska
16.05 Dżentelmeni i wieśniacy 3 (3)
17.05 DeFacto 10 (7)
17.45 Express – inf., Polska
18.00 Pogoda – inf., Polska
18.05 Patent na kasę (24)
18.40 Zamiana żon 2 (3)
19.45 Express – inf., Polska
19.58 Pogoda – inf., Polska
20.00 Orzeł czy reszka? (3)

PULS 2 DVB-T

5.50 Ale numer! (31, 32)
6.35 Lwia Straż – anim.
7.30 Bob Budowniczy
7.40 Tomek i przyjaciele
8.00 Monchhichi – anim.
8.15 Baranek Shaun
8.35 Psi Patrol – anim.
9.10 Blaze i megamaszyny – anim.
9.35 Marta mówi – anim.
10.15 Kubuś i przyjaciele – film animowany, USA 2011, 70 min
11.25 Pinokio – film anim., USA 1940, 110 min
13.15 Zakochany kundel – film animowany, USA 1955, 90 min
14.45 Aladyn – film anim., FILM USA 1992, 110 min
16.35 Mój brat niedźwiedź 2 – film anim., FILM USA 2006, 85 min Wielkie Duchy zamieniły Kenaia w ogromnego grizzly. Chłopaka wciąż dręczą jednak wspomnienia z poprzedniego życia.

TV6 DVB-T

6.00 Top 10 – lista przebojów – muz., Polska
7.00 Pan Peabody i Sherman Show (8) – anim.
7.30 Dzielna Mysz Greenfinger – anim.
7.45 Powrót na wyspę Nim – film familijny, Australia '13, 120 min
9.45 Powrót do przyszłości 3 – komedia s.f., USA 1990, 140 min
12.05 Jem i Hologramy – film obyczajowy, USA 2015, 160 min
14.45 Czarna ryba
16.35 Wyścig – film sens., USA/Kanada/Australia 2001, 145 min
19.00 Nasza niania jest agentem – komedia, FILM USA 2010, 120 min Bob Ho, sprzedawca długopisów, tak naprawdę jest tajnym agentem CIA, co ukrywa nawet przed swą ukochaną. Pewnego dnia wpada w tarapaty.

STOPKLATKA TV DVB-T

6.00 Titanic 1912: Akta sprawy (2-ost.)
7.05 Mali agenci: Wyścig z czasem 4D – film przygodowy, USA 2011, 110 min
8.55 Scena śmiechu (5, 6)
11.00 Templariusze. Miłość i krew – film przygodowy, Szwecja/Wielka Brytania/Dania/Norwegia/Finlandia/Niemcy 2007, 165 min
13.45 Francuski pocałunek – komedia romant., USA/Wielka Brytania 1995, 130 min
15.55 Ja cię kocham, a ty śpisz – komedia romantyczna, USA 1995, 125 min
18.00 Kosmiczne jaja – komedia s.f., FILM USA 1987, 120 min Kosmiczny awanturnik Starr rusza na poszukiwanie księżniczki, która uciekła z rodzinnej planety.

13 ULICA

6.00 Napisała: Morderstwo 6 (6) – krym.
7.00 Morderstwa w Midsomer 19 (2) – krym.
9.00 Mentalista 4 (15, 16)
11.00 Akta zbrodni (93-95, 97) – paradok. Policjanci zamierzają przerwać prowadzone dochodzenie. Wszystko się jednak zmienia, kiedy funkcjonariusze odbierają telefon od pewnej kobiety.
13.00 Zabójcze umysły 3 (3, 4) – serial krym.
15.00 Mentalista 4 (17, 18) CBI znajduje zwłoki Matildy. Patrick sądzi, że dziewczynę zabił szef. Lisbon aresztuje podejrzanego.
17.00 Kobra – oddział specjalny 19 (13) Semir i Alex zatrzymują sportowe auto. Przesłuchują kierowcę, Felicię. Kobieta ucieka z posterunku.

20.00 Miłość na wybiegu FILM – romantyczna

Julia (Karolina Gorczyca, zdj.) przyjeżdża do Warszawy z małej miejscowości. Zaczyna pracę w agencji modelek. Niebawem wpada w oko fotografowi, Kacprowi (Marcin Dorociński, zdj.). (Polska 2009, 105')

21.45 Ranczo 4 (47, 48) Do Wilkowyj przyjeżdżają mafiosi. Przedsiębiorcy obawiają się, że będą musieli ulec ich szantażom. Nadal trwa walka przedwyborcza.
23.45 Ojciec Mateusz 15 (189) – krym., Polska
0.45 Ja wam pokażę! FILM – film obyczajowy, Polska 2006, 125 min

20.55 Królowe życia 6 (4, 8)

Dagmara i Edzia organizują dla Jacka imprezę z okazji rocznej abstynencji. Nie wszystko układa się po ich myśli. Wicio i Jacek znajdują bowiem własny sposób na świętowanie. (Polska 2019, 90')

22.25 Gogglebox. Przed telewizorem 10
0.20 Gogglebox. Przed telewizorem 6 (13) Widzowie oglądają programy telewizyjne i komentują je prosto ze swojej kanapy. Wymieniają się spostrzeżeniami i uwagami.
1.00 Damy i wieśniaczki. PL (8) – fab.-dok.

ANIMOWANY

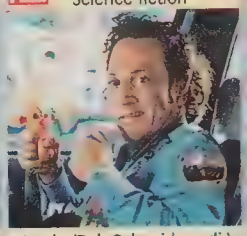
18.00 Angry Birds FILM Film

Na rajskiej wyspie żyje stado kolorowych ptaków. Ich spokój zakłóca pojawienie się tajemniczych świnek. (Finlandia/USA 2016, 120')

20.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (177)
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (118, 119) – krym. Trzy kobiety giną pod gruzami walącego się domu. Catherine bada przyczyny tragedii.
23.00 Wstydliwe choroby: nietypowe przypadłości (3, 4) – dok.
0.00 Gwiazdy lombardu 18 (452)
0.30 Niesamowite! (11-16)

KOMEDIA

21.00 Zwierzak FILM – science fiction



Marvin (Rob Schneider, zdj.) marzy o karierze policjanta. Pewnego dnia ma wypadek, po którym otrzymuje zwierzęce organy. Staje się superagentem o fenomenalnych zdolnościach. (USA 2001, 105')

22.45 Rzeka krwi – dramat FILM obyczajowy, USA 1998, 115 min Miasteczko w Nowej Anglii. Dave Holden, broniąc młodszego brata, niechcący zabija ojca, zdegenerowanego alkoholika.
0.40 Hawaje 5-0 (3)
1.40 Władcy móch (120, 121) – anim.

PRZYGODOWY

20.00 Ostatni FILM Mohikanin

Wychowany przez Indian mężczyzna ratuje córki pułkownika – Corę (Madeleine Stowe, zdj.) i Alice (Jodhi May, zdj.). Zakochuje się w jednej z nich. (USA 1992, 135')

22.15 Kickbokser FILM – film sensacyjny, USA 1989, 135 min Kurt chce pomścić brata, który został kaleką podczas nieuczciwej walki.
0.30 Dzień świra – komediodramat, Polska 2002, 100 min
2.10 Wojna polsko-ruska – dramat obyczajowy, Polska 2008, 140 min

SENSACYJNY

18.00 Kobra – oddział specjalny 19 (14)

Alex ściga sprawców napadu na bank. Chwyta jednego z nich i zdejmuje mu z twarzy maskę. Okazuje się, że jest to jego znajomy. Policjant pozwala mu uciec. (Niemcy 2014, 60')

19.00 Zabójcze umysły 3 (5, 6) – krym. Z centrum handlowego w Waszyngtonie zostaje uprowadzona Jessica. Wkrótce wychodzi na jaw, że to sprawka seryjnego mordercy.
21.00 Hawaii 5.0 9 (11, 17)
23.00 Mentalista 4 (17, 18)
1.00 Prawo i porządek: Sekcja specjalna 16 (13, 14) – krym.

TVP SPORT DVB-T

8.00 Piłka nożna: 2. liga – mecz: Radomiak Radom – Elana Toruń
10.05 Piłka nożna: Liga Mistrzów – rewanżowy mecz ćwierćfinałowy
12.10 Piłka nożna: Liga Mistrzów – skróty
13.25 Formuła 1: GP Chin
14.40 Żużel – mecz: Polska LIVE – Reszta Świata
17.10 Z kamerą TVP Sport: Światowe Igrzyska Olimpiad Specjalnych – Dubaj 2019
17.45 Coppa Italia (9)
18.25 Piłka nożna: LOTTO Ekstraklasa
20.30 4-4-2 (1, 2) – mag.
21.30 Sportowy wieczór
22.00 Gol Ekstra – magazyn
23.35 Gol po Golu – mag.
0.15 Piłka nożna: Puchar Włoch – podsumowanie

EUROSPORT 1

6.00 Snooker: MŚ w Sheffield – 2. dzień
8.30 Kolarstwo
9.30 Kolarstwo: Tour of Turkey – 6. etap
10.30 Watts Top 10 – mag.
11.00 Snooker: MŚ w Sheffield – 3. dzień LIVE
14.00 Kolarstwo: Tour of the Alps – 1. etap LIVE
15.30 Snooker: MŚ w Sheffield – 3. dzień LIVE
17.00 Magazyn LOTTO Ekstraklasy
17.30 Piłka nożna: LOTTO Ekstraklasa LIVE
20.05 Wiadomości Eurosportu
20.15 Snooker: MŚ w Sheffield – 3. dzień LIVE
23.00 Snooker: MŚ w Sheffield – 3. dzień
23.25 Wiadomości Eurosportu

POLSAT SPORT

6.00 Piłka nożna: Fortuna 1. liga – mecz: PGE FKS Stal Mielec – Chojniczanka Chojnice
8.30 Żużel: Turniej o Złoty Kask – zawody finałowe w Pile
11.00 Tenis: Turniej ATP w Barcelonie LIVE – mecz 1. rundy
17.30 Koszykówka mężczyzn: Energa Basket Liga: Arka Gdynia – Polski Cukier Toruń LIVE
20.30 Magazyn Fortuna 1. ligi LIVE – mag. piłkarski
22.00 Boks: Walka o pas WBO World w Nowym Jorku: Terence Crawford – Amir Khan
1.00 Sporty walki: KSW
3.30 Piłka nożna: Fortuna 1. liga: ŁKS Łódź – Sandecja Nowy Sącz

POLSAT PLAY

6.00 Taaaka ryba (104, 105)
7.00 Dorwać tuńczyka (7)
8.00 Poszukiwacze historii (96-98)
9.30 Polacy za granicą (7-9)
12.30 Więzienie (26-28)
14.00 Policjanci (1)
14.30 Kloszard story (1-5)
17.00 Drwale i inne opowieści Bieszczadu (65-67)
18.30 Chłopaki do wzięcia (169-171)
20.00 Budowlańcy (1)
20.30 Górale (22-24)
22.00 Małoletni tatuśkowie (1)
22.30 Łowca pedofilów (53-55)
0.00 Polacy w świecie
2.00 Gliniarze (11)
2.30 Zwierzaki bez smyczy (61, 62) – pr. rozr.

TVN TURBO

8.00 Służby ratownicze (2)
8.45 Raport technologiczny (8) – pr. rozr.
9.15 Pomoc drogowa 24h
10.45 Samochód marzeń – kup i zrób (7, 8)
12.15 Wojny samochodowe (1, 2)
13.45 Najdłuższy tunel kolejowy świata
15.00 Niezwykłe rozbiórki
16.00 Legendy więzienia Alcatraz – film dok.
17.00 Zawodowi handlarze 3 (10, 11)
18.30 Wyburzacze (8) – rozr.
19.15 Służby ratownicze (2)
20.00 Najlepsze samochody XXI wieku (2)
20.30 Wojny samochodowe
21.15 Strażacy z Ruhry (8)
22.15 101 napraw (9)
22.45 Nowy Gadżet (8)
23.15 Garaż Dudy (1)

POLO TV DVB-T

6.00 To hit! – pr. muzyczny
6.05 Pobudka z Polo TV!
7.00 To hit! – pr. muzyczny
7.05 Pobudka z Polo TV!
8.00 To hit! – pr. muzyczny
8.05 Najlepsze z najlepszych! – pr. muzyczny
9.00 To hit! – pr. muzyczny
9.15 Disco Studio
11.15 Dance w Polo TV
12.00 To hit! – pr. muzyczny
12.05 Dance w Polo TV
13.00 To hit! – pr. muzyczny
13.05 Tego słuchacie
14.30 I love disco – pr. muz.
16.00 Lista przebojów Polo TV – pr. muz.
16.30 Playlista gwiazd
17.15 Disco Studio
19.15 Szalone lata 90.
20.00 I love Polo TV – najlepsze koncerty Polo TV
21.30 Disco Mix w Polo TV
23.00 Disco Relax – pr. muz.

AXN

6.10 **Iluzja** (10-13-ost.) – krym., USA 2018
9.10 **Bohater ostatniej akcji** – kom. sens., USA 1993, 155 min
Zafascynowany kinem Danny przenika do świata ekranowych bohaterów. Tam pomaga swojemu idolowi.
12.45 **Karate Kid 4: Mistrz i uczennica** – kom. sensacyjna, USA 1994, 135 min
Osierocona Julie (Hilary Swank) buntuje się. W klasztorze buddyjskich mnichów uczy się karate, a także panowania nad emocjami.
15.00 **Designated Survivor** (12-15) – krym., USA
Zostaje poczynione odkrycie związane ze spiskiem. Pełna podejrzeń atmosfera przyczynia się do wzrostu napięcia między Aaronem a Emily.

18.55 **2012** – przygodowy

Pisarz Curtis (John Cusack, zdj.) odkrywa, że władze budują statki, które w razie końca świata zabiorą na pokład wybrańców.
(USA/Kanada 2009, 185')

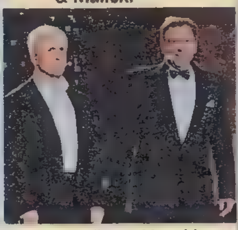
22.00 **Premiera: Specjalista** – film sens., USA/Peru 1994, 135 min ●
Kobieta chce się zemścić na zabójcach rodziców. Opracowuje misterny plan, który powoli wprowadza w życie.
0.15 **Na własną rękę** – film sensacyjny, USA 2002, 125 min
2.20 **Designated Survivor** (13, 14) – serial krym.

TVP ROZRYWKA

6.30 **Gwiazdozbiór TVP Rozrywka**
7.35 **Prywatne życie zwierząt 2** (8) – serial przyrodniczy
8.05 **Big Music Quiz** (12) – teleturniej muz.
9.10 **Kabaret za kulisami**
10.15 **N jak Neo-Nówka i przyjaciele** – rozr.
11.15 **Wielka moc**
12.20 **Hity kabaretu** (5, 6): Kakao i inne hity kabaretu Smile
14.25 **Sanatorium miłości**: Święta, Święta!
Uczestnicy pierwszej edycji programu spotykają się i wspólnie spędzają święta na zielonym i zawsze gościnnym Podlasiu.
15.25 **Dwoje i ich boje** (4-6)
Skecze, których tematem są relacje damsko-męskie oraz sytuacje, w których uwidaczniają się różnice pomiędzy płciami.

ROZRYWKOWY

18.30 **Laskowik & Malicki**



Muzyczno-literackie widowisko pianisty Waldemara Malickiego i twórcy kabaretu Tey – Zenona Laskowika (obaj na zdj.). W programie goszczą popularni aktorzy i artyści kabaretowi.
(Polska 2019, 65')

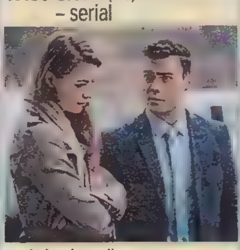
19.35 **Hity kabaretu** (22): Marcinek i inne hity Marcina Dańca – rozr.
20.40 **Postaw na milion**
21.40 **Latający Klub 2, czyli wieczór kabaretowy** (5) – pr. rozrywkowy
22.35 **Dance Dance Dance** (13, 14) – pr. rozrywk.
0.50 **Koło fortuny** (485)
1.35 **Kabaret na wiosnę** (1, 2)

ATM ROZRYWKA

6.00 **Disco Gramy**
7.00 **TV Okazje** – magazyn
7.30 **Awantura o kasę** (110, 111) – teleturniej
9.20 **Gra w ciemno** (225)
10.20 **Pierwsza miłość** (2863) – serial obycz.
11.05 **Ewa gotuje** (295, 296)
12.00 **Na rybę** (14, 15)
13.00 **Słoiki** (24)
14.00 **Małolaty** (57)
15.00 **Piękno** (2, 3) – rozr.
16.00 **Świat według Kiepskich** (455, 456)
Wspólnota mieszkaniowa postanawia wybudować luksusową ubikację w piwnicy. Korzystają z niej jednak nie tylko mieszkańcy.
17.00 **Detektoryści** (3, 4)
18.20 **Graczykowie, czyli Buła i spóła** (64)
Buła kupuje cudowny środek zwiększający szansę u płci przeciwnej. Są to feromony. Ich użycie wywołuje nieprzewidziane skutki.

PARADOKUMENTALNY

19.00 **Słoiki** (24) – serial



Koleżanka z liceum proponuje Maćkowi pracę w swojej firmie. Mężczyzna przyjmuje tę ofertę, co nie podoba się jego żonie.
(Polska 2014-2015, 60')

20.00 **Plebs** (7, 8) – kom.
Przyjaciele wygrywają po 100 denarii. Marcus nie ma pomysłu, na co je wydać.
21.00 **Peep Show** (46)
21.30 **Na rybę** (30)
22.00 **Polskie dziary** (9)
22.30 **Świat według Kiepskich** (259, 260)
23.30 **Słoiki** (24) – paradok.
0.30 **TV Okazje** – magazyn
1.00 **Słoiki** (8) – paradok.
2.00 **Małolaty** (56)

TVN STYLE

5.00 **Wiem, co jem, i wiem, co kupuję** (5)
5.45 **Gwiazdy od kuchni** (6)
6.15 **Nowa Maja w ogrodzie** (8)
6.45 **Akademia ogrodnika** (8)
6.50 **Ostre cięcie** (6)
7.35 **Sablewskiej sposób na modę** (8)
8.20 **Apetyt na miłość** (4)
9.20 **W czym do ślubu?** (5, 1)
10.30 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (10)
11.15 **Tak powstaje** (4)
11.45 **Kuchenne rewolucje** (1)
12.50 **Miłość od kuchni** (7)
13.50 **Tajemnice konfliktu Meghan i Kate**
14.50 **Jerozolima – między niebem a ziemią**
15.25 **Ugotowani** (61-64)
17.45 **Kuchenne rewolucje**
18.45 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (4)
19.35 **Powrót doktora Szczyta** (8)

DOKUMENTALNY

20.35 **Kobieta na krańcu świata** (5)

Podróże Martyny Wojciechowskiej (zdj.) trwały w sumie 650 dni. W tym czasie znana podróżniczka odwiedziła 50 krajów.
(Polska 2018, 35')

21.10 **Sablewska od stylu. Na okazje** (8)
Ekspertka od spraw wizerunku Maja Sablewska pomaga dobierać Polakom strój na wyjątkowe uroczystości.
21.55 **Pani gadżet extra**
22.25 **Eks-tra zmiana** (4)
23.25 **Gwiazdy prywatnie** (1)
23.55 **Afera fryzjera** (8)
0.40 **Oddać dziecko** (7)

FOKUS TV

6.00 **Wehikuł czasu**
6.05 **Podniebne safari**
7.05 **Wehikuł czasu**
7.30 **Sąsiedzi** (10-18) ●
8.55 **Supersamoloty bojowe** (2)
9.55 **Gwiazdy lombardu** (32, 33)
10.50 **Starożytni kosmici** (1)
11.50 **Nagie miasto** (1)
12.55 **Na lodowym szlaku** (12)
13.55 **Kryptonim szef** (2)
Dina Dwyer-Owens jest menadżerką The Dwyer Group. Kobieta udaje uczestniczkę telewizyjnego show.
14.45 **Gwiazdy lombardu** (34, 35)
16.00 **OSP. Na ratunek!** (5-8)
20.00 **Premiera: Gwiazdy lombardu** (36, 37)
Rick i Corey zyskują okazję, aby usiąść za kierownicą unikatowego rolls-royce'a. Jeździł nim Johnny Cash.

DOKUMENTALNY

21.00 **Premiera: Łowcy opali** (8)

Sezon wydobycia kamieni szlachetnych dobiega końca. Dan Becker i Justin Lang podejmują jeszcze jeden wysiłek, aby zrealizować założony cel finansowy.
(Australia 2018, 60')

22.00 **Wraki II wojny światowej**
Zobaczymy m.in. szczątki amerykańskiego pancernika Arizona, zatopionego podczas japońskiego ataku na Pearl Harbor.
23.00 **Zamach na papieża**
0.05 **Krwawa historia Europy** (5)
1.05 **Wielkie konstrukcje III Rzeszy** (3)

ID

6.00 **Mroczne sekrety małżeńskie** – dok.
6.25 **Ja, detektyw** – krym.
7.10 **Detektyw do zadań specjalnych** – dok.
8.00 **Oczami ofiary** – dok.
9.00 **Śmierć na pustkowiu**
10.00 **Główny podejrzany**
11.00 **Mój sąsiad morderca** – dok.
12.00 **Krwawa układanka**
13.00 **Zaginieni** – serial dok.
14.00 **Przerwana sielanka**
16.00 **Detektyw do zadań specjalnych** – dok.
17.00 **Oczami ofiary** – dok.
18.00 **Śmierć na pustkowiu**
W Colon w Nebrasce zostaje zgwałcona i zamordowana Sharron Erickson. Mieszkańcy miasta są zdruzgotani.
19.00 **Główny podejrzany**
Matka dwójki dzieci znika bez śladu. Jej mąż jest przekonany, że rozpoczęła nowe życie z kochankiem.

DOKUMENTALNY

20.00 **Mój sąsiad morderca**

Kiedy Terry Thrift zostaje zabity, nikt nie potrafi stwierdzić, dlaczego doszło do zbrodni. Dopiero po 20 latach wychodzi na jaw, że przyczyną tragedii była zdrada.
(USA/Wlk. Bryt. 2018, 60')

21.00 **Premiera: Uśmiercone marzenia**
Po wyjątkowo gwałtownej burzy mieszkańcy Key Largo znajdują dwie martwe osoby.
22.00 **Premiera: Lata 90. Dekada zbrodni**
23.00 **Prawdziwy horror**
0.00 **Morderca z sąsiedztwa** – dok.
1.00 **Zbrodnie i kary**
2.00 **Zło w genach** – dok.

TLC

6.25 **Wiza na miłość**
7.10 **Rodzinka 5+**
8.00 **Salon sukien ślubnych: Wielka Brytania**
9.00 **Historie wielkiej wagi – dalsze losy**
11.00 **Dr Christian i wstydliwe choroby**
12.00 **Mała piękność**
13.00 **Premiera: Zawody 24**
13.30 **Fachowcy** – pr. rozr.
14.15 **Idealna niania**
15.00 **Sześć razy córka**
16.00 **Historie wielkiej wagi**
18.00 **Kilogramy zbędnej skóry**
19.00 **Salon sukien ślubnych: Wielka Brytania**
20.00 **Suknie ślubne dla puszystych** – pr. rozr.
20.30 **Klinika marzeń**
21.30 **Historie wielkiej wagi**
23.30 **Pasjonaci czy wariaci?**
0.00 **Zabójcza miłość**

POLSAT CAFE

9.00 **Zrośnięte głowami**
10.00 **Nastoletni miliarderzy**
11.00 **Shopping Queen**
12.00 **Gwiazdy na dywaniku**
12.30 **Horodyńska Trend**
13.00 **Demakijaż** – pr. rozr.
13.30 **Jem i chudnę** – mag.
14.00 **Randka z nieznajomym** – reality show
15.00 **Jak matka z córką**
16.00 **Dzieci rosyjskich bogaczy** – pr. rozr.
17.00 **Nasz nowy dom**
18.00 **Bogaty dom – biedny dom** – pr. rozrywkowy
19.00 **Z kamerą u Kardashianów**
20.00 **Oszukane**
21.00 **Nieudane operacje plastyczne**
22.00 **Gry małżeńskie**
23.00 **Zdrady**

HGTV

5.50 **Maja w ogrodzie 10**
6.50 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
7.55 **Poszukiwacze domów 124** – pr. rozr.
8.55 **Wymarzone ogrody**
9.55 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
10.55 **Akademia ogrodnika**
11.00 **Dorota inspiruje**
13.00 **Domowe rewolucje 3**
14.00 **Domowe rewolucje**
15.00 **Domowe rewolucje 2**
16.00 **Zgłoś remont 2**
17.00 **Zgłoś remont**
19.00 **Zgłoś remont 2**
20.00 **Zgłoś remont 4**
21.00 **Polowanie na ogród 2**
21.30 **House Hunters – Poszukiwacze domów 5**
22.00 **House Hunters – Poszukiwacze domów 4**
22.30 **Para w remont 2**
23.30 **Remont na pustyni 3**

DOMO+

14.00 **Pogotowie remontowe Wieśka 2**
14.30 **Ekodomy – jak budować w zgodzie z naturą 2** – magazyn
15.35 **George Clarke przedstawia: najwspanialsze z małych 4**
16.30 **Meblokreacje 4**
17.00 **Tomasz Pągowski: projekt LOKALny 2**
17.30 **Ucieczka na wieś 15**
19.15 **Wielkie projekty: Australia 7**
20.10 **Cudotwórcy: Brat kontra brat 6**
21.00 **Charlie Luxton: domy nad morzem 3**
21.50 **Najlepsze domy Australii 8**
22.40 **Jak tanio zbudować dom 3**
23.45 **Wyzwanie – nowe mieszkanie 10** – mag.

NATIONAL GEOGRAPHIC

6.00 **Katastrofa w przestworzach**
7.00 **Tajemnice najtrudniejszych napraw**
8.00 **Najniebezpieczniejsze drogi świata**
9.00 **Maszyny wagi ciężkiej**
10.00 **Free Solo: ekstremalna wspinaczka**
12.00 **Dzika Uganda**
13.00 **Ocalić nosorożce**
15.00 **Chiny z powietrza**
17.00 **Free Solo: ekstremalna wspinaczka**
19.00 **Igranie ze śmiercią**
20.00 **Katastrofa w przestworzach**
23.00 **Przyczyny katastrof lotniczych**
0.00 **Katastrofa w przestworzach**
1.00 **Autostrada przez piekło**

DISCOVERY CHANNEL

6.00 **Na bagnach Florydy**
6.25 **Fani czterech kółek**: Najlepsze fragmenty
7.10 **Najniebezpieczniejszy zawód świata**: Godzina zero
8.00 **Granice wytrzymałości Zachara**
9.30 **Ciężarówką przez Stany** – rozr.
14.00 **Brudna robota – czysty zysk**
15.00 **Lotnisko**
17.00 **Zawodowcy: drwale**
18.00 **Warsztat-reaktywacja**
19.00 **Złomowisko PL**
21.00 **Zawodowcy: drwale**
22.00 **Odjazdowe bryki braci Collins**
23.00 **Ekstremalna Alaska**
0.00 **Fani czterech kółek**: Saab 96
1.00 **Polscy truckersi**
2.00 **Stacja Australia**

● POLECANE DLA DZIECI ● TYLKO DLA DOROSŁYCH LIVE NA ŻYWO

TVP 1

5.20 Jaka to melodia? – telet. muz.
6.15 Wieczna miłość 2 (159) – telen.
7.05 Elif (470) – serial obycz., Turcja '14
8.00 Wiadomości, pogoda
8.15 Kwadrans polityczny – pr. publ.
8.40 Blondynka 5 (63) – obyczajowy
9.40 Komisarz Alex 9 (115) – kryminalny
10.35 Ojciec Mateusz 6 (79) – kryminalny
11.30 Korona królów – taka historia... (31) – serial dokumentalny, Pol. 2018
12.00 Wiadomości
12.15 Agrobiznes – mag. rolniczy
12.35 Agropogoda – pr. informacyjny
12.40 Magazyn rolniczy
13.00 Brytyjski ogród: Życie i śmierć na twoim trawniku (1/2) – film dok.
14.00 Elif (471) – obycz., Turcja 2014
15.00 Wiadomości, pogoda
15.15 Alarm! – magazyn interwencyjny
15.35 Okrasa łamie przepisy – magazyn
16.05 Wieczna miłość 2 (160) – telen.
17.00 Teleexpress
17.25 Jaka to melodia? – telet. muz.
18.00 Klan (3474) – telen., Pol. 2019
18.30 Korona królów (210)
18.55 Jeden z dziesięciu – telet.
19.25 Sport
19.30 Wiadomości, pogoda
20.10 Alarm! – magazyn interwencyjny

TVP 2

5.05 Koło fortuny (288) – teleturniej
5.45 M jak Miłość (1438) – obyczajowy
6.40 Przyszła pora pożegnania – rep.
7.05 Na sygnale (45) – serial fab.-dok.
7.30 Ogrodowi (6) – magazyn
7.45 Przepis dnia – mag. kulinarny
7.55 Pytanie na śniadanie – mag.
11.25 rodzinka.pl (158) – komediowy
11.55 Barwy szczęścia (2048) – obycz.
12.30 Koło fortuny (289) – teleturniej
13.15 Miłosne potyczki (68) – serial obyczajowy, Turcja 2016
14.10 M jak Miłość (1438) – serial obyczajowy, Polska 2019
15.10 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział (80) – serial obyczajowy, Niemcy/Austria 2014
16.00 Koło fortuny (486) – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.15 Więzień miłości (44) – telenowela
18.00 Panorama, pogoda
18.30 Sport telegram
18.40 rodzinka.pl (52) – komediowy
19.05 Przepis dnia – mag. kulinarny
19.15 Muzeum Polskiej Piosenki (89, 113)
19.40 Barwy szczęścia (2048) – obycz.
20.10 Barwy szczęścia (2049)
20.40 Kulisy serialu „Barwy szczęścia" (101) – cykl felietonów

POLSAT

4.55 Disco Gramy – program muzyczny
5.40 Telezakupy TV Okazje – magazyn
6.00 Nowy dzień – pr. informacyjny
9.00 Malanowski i partnerzy (717, 718)
10.00 Dzień, który zmienił moje życie (122) – serial paradok., Polska 2015
11.00 Dlaczego ja? (605) – paradok.
12.00 Gliniarze (166) – serial paradokumentalny, Polska 2017
13.00 Trudne sprawy (867) – paradok.
14.00 Pierwsza miłość (2869) – obycz.
14.45 Dlaczego ja? (913) – paradok.
15.50 Wydarzenia, pogoda
16.15 Interwencja – mag. reporterów
16.30 Na ratunek 112 (336) – serial paradokumentalny, Polska 2019
17.00 Gliniarze (326) – serial paradokumentalny, Polska 2019
18.00 Pierwsza miłość (2870)
18.50 Wydarzenia
19.20 Sport, pogoda
19.30 Świat według Kiepskich (432)
W ramach wygranej w konkursie Waldek ma spotkać się z Małgorzatą Kożuchowską. Jest bardzo rozentuzjazmowany na myśl o randce ze znaną aktorką. Zazdrosna Jolasia twierdzi jednak, że mąż niczym sobie nie zasłużył na taki zaszczyt.

TVN

5.20 Uwaga! – mag. reporterów
5.45 Mango – telezakupy
7.00 Kuchenne rewolucje (14-ost.)
8.00 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.00 Ukryta prawda (1030) – paradok.
12.00 Szpital (919) – paradok., Polska
13.00 Szkoła (682) – serial paradokumentalny, Polska 2019
14.00 19+ (383) – serial paradokumentalny, Polska 2019
14.30 Kuchenne rewolucje (5) – rozr.
15.30 Szkoła (683) – serial paradokumentalny, Polska 2019
16.30 19+ (384) – serial paradokumentalny, Polska 2019
17.00 Szpital (920) – paradok., Polska
18.00 Ukryta prawda (1031) – paradok.
Matka 18-letniej Ady została pchnięta nożem kuchennym, prawdopodobnie podczas napadu rabunkowego. Pierwszym podejrzanym jest jej sąsiad
19.00 Fakty
19.35 Sport, pogoda
19.50 Uwaga! – mag. reporterów
20.10 Doradca smaku (29) – mag.
20.15 Na Wspólnej (2862) – serial obyczajowy, Polska 2019
20.55 Milionerzy (260) – teleturniej

20

TELENOWELA

20.30 Leśniczówka (114) – serial obyczajowy

Katarzyna wciąż martwi się zniknięciem Poli. Tymczasem Krzysztof i Wanda znajdują krnąbrną nastolatkę na squacie. Babcia podejmuje się opieki nad wnuczką. Artur wierzy, że Beatka odwzajemnia jego uczucie.
(Polska 2019, 30')
21.00 Głębia ostrości (14) – cykl rep.
Dziennikarka Maria Stepan prezentuje ludzkie historie – te dramatyczne, jak również te niosące nadzieję. Niektóre reportaże mogą budzić kontrowersje.
21.40 Echo serca (15) – serial obyczajowy, Polska 2019
22.35 Krew z krwi (1) – serial sensacyjny, Polska 2012
23.45 Miasto gniewu 2 (8) – serial dokumentalny, Polska 2019
0.30 W obliczu śmierci – film sens., FILM Wielka Brytania/USA 1987, 140 min

SERIAL OBYCZAJOWY

20.55 M jak Miłość (1439)

W siedlisku trwają przygotowania do imprezy sylwestrowej, a jej gospodynią zostaje Barbara. Tymczasem Marzenka udaje się do szpitala na badania. Tam przypadkiem dowiaduje się, że Andrzejek, by zdobyć pieniądze na jej kurację, walczy na ringu.
(Polska 2019, 50')
21.45 Kulisy serialu „M jak Miłość"
21.55 Magazyn Ekspresu Reporterów
23.00 Świat bez fikcji: Over the Limit – film dokumentalny, Polska/Niemcy/Finlandia/Francja 2017
Intymny portret wybitnej gimnastyczki artystycznej – Margarity Mamun, zawodniczki rosyjskiego klubu Gazprom. Widzowie poznają kulisy jej przygotowań do ważnych zawodów.
0.25 Dwa tygodnie – komediodramat, FILM USA 2006, 105 min
2.10 Magazyn Ekspresu Reporterów

SENSACYJNY

20.10 Niezniszczalni 3 FILM – kino akcji

Ekipa najemników dowodzona przez doświadczonego Barneya Rossa (Sylvester Stallone, zdj.) jedzie do Somalii, by zmierzyć się z handlarzem bronią (Mel Gibson, zdj.). Okazuje się, że ich przeciwnik niegdyś współtworzył zespół Niezniszczalnych. Teraz jednak pragnie zemsty na Rossie.
(USA/Bułgaria/Francja 2014, 155')
22.45 Ślad (61) – serial kryminalny, Polska 2019
Ewelina Kańska zostaje zabita w wynajmowanym mieszkaniu. Śledczy otrzymują od jej koleżanki pendrive, zawierający nagranie gwałtu na ofierze. Policja lokalizuje sprawcę, lecz ten twierdzi, że dziewczyna wyraziła zgodę na stosunek.
23.55 Zatopieni – film sensacyjny, Bułgaria/Wielka Brytania 2005, 125 min
2.00 Tajemnice losu – pr. rozrywkowy

SERIAL OBYCZAJOWY

21.30 Diagnoza (9) – serial medyczny

Jan włamuje się do domu Bogny. Stwierdza, że martwa stanowiłaby dla niego mniejsze zagrożenie. Następnego dnia lokum Mróz odwiedzają policyjni technicy. Olgę niepokoi zniknięcie Agnieszki. Nie chce jednak kogokolwiek powiadamiać ze strachu przed Traczykiem. Wkrótce jej partnerka odnajduje się, ale jest ciężko pobita.
(Polska 2019, 60')
22.30 Kuba Wojewódzki (22) – talk-show
Gospodarz zaprasza do studia kolejne osoby znane z mediów. Często zaskakuje rozmówców, zadając niewygodne pytania. Widzowie przekonają się, jak goście poradzą sobie podczas wywiadów oraz czy mają dystans do siebie i rzeczywistości.
23.30 Superwizjer – mag. reporterów
0.05 36,6°C (8) – program medyczny
1.05 Strzelec 2 (5) – sens., USA 2017

TVP HD

6.15 Przepis dnia – mag.
6.25 Klan (3197) – telen.
6.55 rodzinka.pl (11, 12)
8.05 Ojciec Mateusz 17 (214, 215) – krym.
9.55 Ranczo 5 (63) – obycz.
10.55 Złote serce (14)
11.40 „Ja to mam szczęście!" – ulubione skecze – rozr.
11.55 Na sygnale (55, 56)
12.55 O mnie się nie martw 10 (6) – kom.
13.55 Na dobre i na złe (475)
14.55 Ranczo 10 (119, 120)
16.50 To był rok! (3) – rozr.
18.05 Ojciec Mateusz 9 (113)
18.55 Ranczo 5 (64) – obycz.
19.55 rodzinka.pl (13, 14)
20.55 Teo-ria smaku Teo Vafidisa (7) – mag.
21.35 To nie byłam ja FILM – dramat obyczajowy, USA 2014

TVP POLONIA

15.35 Spis treści (36)
15.45 Wiadomości
15.55 Korona królów (192)
16.25 Zakochaj się w Polsce (91) – magazyn
16.50 Margolcia i Miś zapraszają dziś (158)
17.05 Moliki książkowe (16)
17.20 Historia jednego obrazu (26) – fel.
17.30 Teleexpress
17.55 Tygodnik kulturalny
18.40 Muzeum Polskiej Piosenki (66) – rozr.
18.55 Barwy szczęścia (1962) – obycz.
19.25 Kierunek Zachód (30)
19.45 Dobranocka
20.00 Wiadomości, pogoda
20.45 Ojciec Mateusz 16 (211)
21.45 Polonia 24 – mag.
22.05 Rozmowa Polonii
22.20 Halo Polonia – mag.

TVP HISTORIA

10.10 Sensacje XX wieku
10.40 Spór o historię
11.20 Głosy – film dok.
12.05 PKF – cykl dok.
12.20 Czas honoru (26)
13.20 Życie (5) – przyrod.
14.20 Apollo 11: pierwszy krok na Księżycu
16.05 Marzyciele – publ.
16.35 Betar – film dok.
17.40 Było, nie minęło...
18.10 Rodziny Wyklętych mają głos – film dok.
18.30 PKF – cykl dok.
18.45 Polonia Restituta (1)
19.45 Inka. Są sprawy ważniejsze niż śmierć
21.00 Era kosmiczna: historia NASA (3) – dok.
22.00 Po PRL-u – publ.
22.35 Pewnego razu na FILM **Dzikim Zachodzie** – western, USA/Włochy 1968

TVP KULTURA

8.30 Caracas – film anim.
8.40 Poza starością
9.00 Uczta Babette – film obycz., Dania 1987
11.00 Perły i dukaty (1-3-ost.)
12.35 Zielona ziemia – film obycz., Polska 1978
13.50 Studio Kultura – rozmowy – mag.
14.05 Niedziela z... – kult.
14.55 Stacja – film obycz., FILM Polska 1981
16.20 Szczęśliwy człowiek FILM – dramat obyczajowy, Polska 2000
18.00 Fabryka hitów – dok.
19.00 Teledysk
19.25 Antyfonie – dok.
20.00 Informacje kulturalne
20.20 Ciemno
21.30 Twórcza kontrola FILM – dram., USA 2015
23.15 One. Kobiety kultury
23.45 Trampkarze – dok.

TVP ABC

12.20 Miś Uszatek – anim.
12.50 Stacyjkowo – anim.
13.00 Pszczółka Maja
13.15 Pamiętnik Florki
13.30 Masza i Niedźwiedź
13.35 Krecik i panda
13.55 Teleranek (73) – mag.
14.10 To Timmy! – anim.
14.25 Dzień, w którym Heniś poznał... – anim.
14.40 Tabaluga – anim.
15.10 Przyjaciele lasu (29)
15.25 Yakari – anim.
15.40 Domisie – dla dzieci
16.10 Nela Mała Reporterka (18) – mag.
16.30 Dinotrux – anim.
17.00 Rescue Bots 3 – anim.
17.25 Robot Trains – anim.
17.45 Sara i Kaczorek 2
18.05 My Little Pony
18.30 Shimmer i Shine
19.00 Wieczorynka
20.05 Masza i Niedźwiedź

TV TRWAM

14.00 Mojżesz – 10 przykazań (119) – kostium.
15.05 Głos serca (27)
15.50 Ma się rozumieć
16.00 Informacje dnia
16.10 Jestem mamą – mag.
16.30 Kalejdoskop młodych
16.50 Express studencki
17.00 100 cudownych miejsc na świecie
17.10 Prosto o gospodarce
17.30 Okiem kamery
18.05 Informacje dnia
18.15 Rozmowy niedokończone – publ.
19.30 Każdy maluch to potrafi – dla dzieci
20.00 Informacje dnia
20.20 Różaniec
20.50 Myśląc Ojczyzna
21.00 Apel Jasnogórski
21.20 Informacje dnia
21.40 Polski punkt widzenia
22.00 Kateri – film dok.

HIT DNIA DVB T STACJE DOSTĘPNE ZA DARMO W NAZIEMNEJ TELEWIZJI CYFROWEJ

TV4 DVB T

6.30 Żona dla milionera 5 (13) – reality show
7.05 Przygody Kota w Butach (34) – anim.
7.35 Dragon Ball Super (17)
8.00 Nasz nowy dom (118)
9.00 Septagon (62) – krym.
10.00 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (19)
11.25 Sekrety sąsiadów (7)
11.55 Galileo (739)
13.00 Detektywi w akcji (164) – serial fab.-dok.
14.00 STOP Drogówka
15.00 Policjantki i Policjanci (530)
16.00 Gliniarz i prokurator (66) – krym., USA 1990
17.00 Joker (66) – telet.
18.00 Septagon (64) – krym.
19.00 Policjantki i Policjanci (531)
20.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (290)
Jawor i Daga opiekują się parą stażystów, która prowadzi swoją pierwszą sprawę.
21.00 Na uwięzi FILM – kino akcji

Sawa (India Eisley, zdj.) żyje w mieście rządzonym przez korupcję i przemoc. Gdy zostają zamordowani jej rodzice, postanawia zemścić się na zabójcy.
(USA/Meksyk 2014, 115')
22.55 Wykonać wyrok FILM – film sens., Kanada/USA 1990, 115 min
Burke aresztuje psychopatę Sandmana. Tymczasem w więzieniu ma miejsce seria morderstw. By wykryć sprawcę, Burke udaje skazańca.
0.50 Żona dla milionera 5 (13) – reality show
1.50 STOP Drogówka

TVN 7 DVB T

5.00 Prawo Agaty (9)
6.00 Ukryta prawda (546)
7.00 Sąd rodzinny (59)
7.55 Szpital (257)
8.50 Big Brother (26)
9.50 Big Brother Pobudka (27) – reality show
9.55 Zakochani po uszy (56) – telen., Polska
10.35 Mango – telezakupy
12.10 19+ (75, 76) – paradok.
13.15 Ukryta prawda (321)
14.15 Big Brother Popołudnie (27)
14.20 Sąd rodzinny (60)
15.20 Sędzia Anna Maria Wesołowska (97)
16.20 Szpital (258)
17.20 Big Brother Podwieczorek (27)
17.25 Prawo Agaty (10)
Architekt zostaje oskarżony o napad na kantor. Wkrótce klient Agaty zostaje zdemaskowany jako oszust. Dorota sądzi, że jej mąż ma romans.
18.25 Ugotowani (6)
19.30 Zakochani po uszy (57)

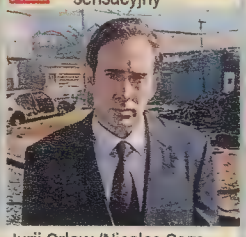
Kuba uświadamia sobie, że Sylwia i Paula mogą być zamieszane w sytuację, do jakiej doszło po imprezie.
(Polska 2019, 30')
20.00 Big Brother (27) – reality show
21.00 Kino oldschool: FILM Kolekcjoner – thriller, USA 1997, 150 min
Detektyw Alex Cross (Morgan Freeman) rozwiązuje zagadkę zniknięć młodych dziewcząt.
23.30 Big Brother Nocą (22) – reality show
0.00 Dzika rzeka FILM – dramat sensacyjny, USA 1994, 140 min

TV PULS DVB T

6.00 Słodka miłość (26)
7.00 Zbuntowany anioł (204) – telen.
8.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (187)
9.00 Rodzinny interes (35)
10.00 Zaklinaczka duchów 3 (51)
11.00 Kobra – oddział specjalny (1, 2) – sens.
13.00 Agenci NCIS: Los Angeles 5 (24) – sens.
14.00 Agenci NCIS: Los Angeles 6 (1) – sens., USA 2014
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 2 (62)
16.00 Rodzinny interes (35, 36) – obycz., Pol.
Małżeństwo Witterów przeżywa poważny kryzys. Co więcej, Dariusz Witter zostaje dotkliwie pobity.
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (187)
19.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (188) – obycz., Polska

DRAMAT

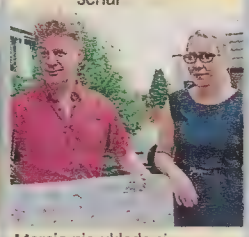
20.00 Pan życia i śmierci FILM – sensacyjny



Jurij Orłow (Nicolas Cage, zdj.) handluje bronią z dawnych radzieckich magazynów. Agent Interpolu Jack Valentine chce postawić mężczyznę przed sądem.
(Fr./USA/Niem. 2005, 140')
22.20 Samson – film przygodowy, USA 2018, 130 min
0.30 Wyścig śmierci 3: FILM Piekło – thriller s.f., USA 2012, 125 min
Carl jest mistrzem więziennych wyścigów. Nagrodą za pięć wygranych zawodów jest wolność. Jemu i jego ekipie brakuje tylko jednego triumfu.

POLSAT 2

6.00 Disco gramy – muz.
7.00 Dzień, który zmienił moje życie (117)
8.00 Dlaczego ja? (824)
9.05 Drwale i inne opowieści Bieszczadu (34)
9.35 Stołeczna drogówka (26) – dok., Polska
10.00 Na ratunek 112 (153)
10.30 Sekrety rodziny (45, 46) – paradok.
12.30 Nasz nowy dom (36)
13.30 Ewa gotuje (253)
14.00 Świat według Kiepskich (290-292)
15.30 Trudne sprawy (830)
16.30 Nasz nowy dom (37)
17.30 Malanowski i partnerzy (226-228)
19.00 Gliniarze (101)
20.05 Wydarzenia
20.45 Trudne sprawy (830)
Od paru tygodni Marta jest nękana przez nieznajomego, który wciąż wydzwania do niej i zostawia prezenty pod drzwiami.
21.45 Dlaczego ja? (707) – serial



Marcie nie układa się z Mariuszem. Para chce się rozwieść za porozumieniem stron, gdy tylko dzieci wyprowadzą się z domu. Kobieta zmienia zdanie, gdy okazuje się, że jej mąż ma kochankę.
(Polska 2016, 65')
22.50 Świat według Kiepskich (350, 351)
Halina informuje męża o przyjeździe ciotki. Ferdek jest oburzony koniecznością znoszenia obecności gościa w swoim domu.
23.50 Zdrady (36) – paradok.
0.50 Gliniarze (101)
1.45 Interwencja – mag. reporterów

TVP INFO DVB T

5.35 Powitanie – Poranek: Serwis info
5.57 Agropogoda – pr. inf.
5.59 Serwis info
6.29 Wstaje dzień – pr. inf.
6.30 Serwis info
6.39 Wstaje dzień – pr. inf.
6.45 Serwis info
6.50 Wstaje dzień – pr. inf.
7.00 Serwis info
7.09 Wstaje dzień – pr. inf.
7.50 Agrobiznes – mag.
7.55 Agropogoda – pr. inf.
8.00 Wiadomości
8.10 Minęła ósma – publ.
9.00 Serwis info
9.09 Minęła dziewiąta
10.00 Serwis info
16.51 Pogoda info
17.00 Teleexpress
17.15 Teleexpress Extra
17.32 O co chodzi – publ.
18.00 Panorama
18.20 Panorama opinii
18.32 Serwis info
18.42 Widziane z Polski
19.00 Serwis info
19.30 Wiadomości
19.58 Gość „Wiadomości"

PUBLICYSTYCZNY

20.13 Minęła dwudziesta – podsumowanie dnia

Redaktorzy, m.in. Adrian Klarenbach (zdj.), pytają o opinie polityków, analityków i komentatorów.
(Polska, 47')
21.00 Nie da się ukryć
21.28 Flesz Info Wieczór
21.40 Studio LOTTO
21.50 W tyle wizji – publ.
22.31 W tyle wizji extra
Zobaczymy materiały o tematyce politycznej z zabawnymi podkładami muzycznymi.
23.00 INFO wieczór
23.30 W akcji – cykl rep.
23.55 Serwis info
0.20 Wiadomości
0.48 Gość „Wiadomości"
1.15 Minęła dwudziesta

TVP 3 DVB T

10.10 Turystyczna jazda
10.30 Co niesie dzień
10.45 Sztuka z mięsa, czyl wół z wolna, ale porządnie – mag. kulin.
11.20 Wszystko dla pań (8
12.20 Antenowe remanenty
12.30 Program lokalny
13.00 Kryminalna siódemka – magazyn
13.15 Co niesie dzień
13.35 Agrobiznes – mag.
13.55 Agropogoda
14.00 Program lokalny
15.05 Królowa jednej nocy (48) – obycz., Turcja
16.00 Telekurier – mag.rep
16.30 Kryminalna siódemka – magazyn
16.45 Dziennik regionów – tematy dnia
17.00 Szlakiem Kolberga
17.30 Program lokalny
20.00 Świat wyścigów konnych – magazyn
20.30 Grażyna i Jurek – rep
21.00 Program lokalny
21.35 Twój wybór – inf. kult
22.00 Dziennik regionów

PUBLICYSTYCZNY

22.20 Echa dnia – magazyn

Gośćmi programu są przedstawiciele administracji państwowej. Omawiają oni skutki różnych zjawisk społecznych.
(Polska, 20')
22.45 Kryminalna siódemka – magazyn
23.00 Alarm – program interwencyjny
23.20 Telekurier – mag. rep
23.45 Królowa jednej nocy (48)
0.40 Jurek z Miziowej – reportaż
1.00 Szlakiem Kolberga: Stanisław Soyka – rep
1.35 Szlakiem miejsc niezwykłych: Pomnik historii: Kanał Elbląsk

TVS

11.30 Napisała: Morderstwo
12.30 Magnum – serial krym.
13.35 Policjanci z Miami
14.35 Prawdziwe życie
15.15 Serce z węgla – dok.
16.00 Silesia flesz; Pogoda
16.07 Przegląd prasy – inf.
16.15 Propozycje do „Szlagierowej listy TVS"
16.40 Schlesien Journal
16.55 Fabryki w Polsce
17.15 Święta wojna – kom.
17.45 Silesia flesz; Pogoda
17.55 Kuchnia po śląsku
18.25 Prawdziwe życie
19.10 Serce z węgla – dok.
19.45 U Bacy na cacy
20.00 Silesia flesz; Pogoda
20.20 Napisała: Morderstwo
21.25 Magnum – serial krym.
22.25 Silesia flesz; Pogoda
22.40 Policjanci z Miami
23.50 Kalejdoskop regionów

SUPER POLSAT DVB T

8.00 Pierwsza klasa (10, 11)
9.00 Nasz nowy dom
10.00 Chirurdzy (243)
11.00 Szpilki na Giewoncie 3
12.00 Przyjaciółki (89)
13.00 Pozytywka Super-Magazyn (12) – mag.
13.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 4 (36, 37) – reality show
16.30 Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami 5
18.30 SuperLudzie (18) – dok.
19.00 Chirurdzy (243) – obycz.
20.00 Nasz nowy dom
21.00 Cudowny dzień FILM – komediodramat, Hiszpania 2015
23.15 Rozmowy nocą FILM – komedia romant., Polska 2008

TVN FABUŁA

6.00 Prosto w serce (105, 106) – obycz.-kom.
7.10 39 i pół (5) – kom.
8.10 Druga szansa (4)
9.10 Detektywi (1013)
9.50 BrzydUla (51-53)
11.25 Na Wspólnej (1704, 1705) – obycz.
12.35 39 i pół (6) – kom.
13.35 Druga szansa (5)
14.35 Detektywi (1014)
15.10 Przystanek Hollywood
15.45 Szkoła filmowa (3): Agata Kulesza – mag.
16.00 Kochany urwis 2 FILM – kom., USA 1991
18.00 Akademia policyjna 5: Misja w Miami Beach – komedia, USA 1988
20.00 Incepcja – thriller s.f., FILM USA/Wlk. Bryt. 2010
23.05 Andrzej Sołtysik przedstawia (3)

POLSAT FILM

7.00 Nasz nowy dom
8.00 Co mi zrobisz, jak mnie złapiesz – kom., Polska 1978
10.15 Kapelusz pana Anatola – komedia obycz., Polska 1957
12.15 Sezon na misia 2 – film anim., USA 2008
13.45 A.I.: Sztuczna inteligencja – film s.f., USA 2001
16.50 Bruce Wszechmogący – komedia, USA 2003
19.00 Tata kontra tata FILM – komedia, USA 2015
21.00 Baywatch. Słoneczny patrol FILM – kom., Wlk. Bryt./Chiny/USA 2017
23.30 xXx: Reaktywacja FILM – film sens., Chiny/Kanada/USA 2017
1.45 Gliniarze (90, 89, 90)

ROMANCE TV

6.35 Burza uczuć (1890)
7.40 Górscy ratownicy
8.35 Super-Tata – komedia romant., Niemcy 2015
10.30 Burza uczuć (1891)
11.30 Górski lekarz
12.30 Hotel marzeń: Karaiby – film obycz., Niemcy/Austria 2008
14.20 Maria – komedio-FILM dram., Niemcy 2016
16.15 Burza uczuć (1891)
17.15 Górscy ratownicy
18.10 Katie Fforde: FILM Ty i ja – melodramat, Niemcy/USA 2016
20.00 Górski lekarz
21.00 Górscy ratownicy
21.55 Rosamunde Pilcher: FILM Lordowie nie kłamią – film obycz., Niemcy/Austria 2010
23.50 Burza uczuć (1891)
0.50 Górscy ratownicy

KINO POLSKA

8.50 Nowy Kabaretowy Rejs
9.50 Blizna – dramat społ., Polska 1976
12.00 Byłem generałem Wehrmachtu – dok.
12.20 TV okazje
12.50 Czas niedokończony
13.45 Wichry Kołymy – dramat biograficzny, Niem./Belgia/Pol. 200
16.00 Dom wariatów – dramat obyczajowy, Polska 1984
18.00 Kabaretowy rejs Deluxe (16, 17) – rozr.
20.00 Haker – komedia FILM sensacyjna, Pol. 2002
21.55 Być jak Kazimierz
FILM Deyna – film obycz., Polska 2011
23.50 Futro – kom., Polska/FILM Niemcy 2007
2.00 TV okazje

POLECANE DLA DZIECI TYLKO DLA DOROSŁYCH LIVE NA ŻYWO

TVP SERIALE

5.45 Korona królów (163)
6.15 Na sygnale (43, 44)
7.25 Czterdziestolatek (5)
8.25 M jak Miłość (1034)
9.25 Ojciec Mateusz 14 (186) – krym., Polska
10.15 Rodzinka.pl (72, 73)
11.25 Ranczo 4 (44, 45)
13.30 Ojciec Mateusz 15 (187, 188) – krym.
15.15 Na dobre i na złe (276) – obycz., Polska
16.10 Na sygnale (44)
16.40 Ranczo 4 (46, 47)
18.45 Bulionerzy (69)
19.25 Ojciec Mateusz 15 (189) – krym., Polska
W fabryce karmy dla zwierząt odkryto zwłoki dyrektora. Na właściwy trop w sprawie wpada proboszcz Mateusz.
20.20 Komisarz Alex 11 (143) – krym., Polska
Przestępcy porywają Aleksa. Górski dowiaduje się, że pies brał udział w napadzie i ranił człowieka.
21.20 Ranczo 4 (48, 49) – serial

Trwa kampania wyborcza. Pracownicy sfery budżetowej wsi wysuwają żądania podniesienia płac. Na czele strajku staje Witebski. W Wilkowyjach powstaje gminna telewizja internetowa.
(Polska 2009, 125')
23.25 Ojciec Mateusz 15 (190) – krym., Polska
Naczelnik Morus wysyła Możejkę na zaległy urlop. Policjant podejrzewa, że przełożony szuka na niego haka. Morus przesłuchuje innych policjantów.
0.15 Na dobre i na złe (740) – obycz., Polska
1.20 Czas honoru (50, 51)

TTV

5.55 Królowe życia 4 (9)
6.45 Express – inf., Polska
6.58 Pogoda – inf., Polska
7.00 Ukryta prawda (547)
8.00 Usterka 11 (7)
8.45 Express – inf., Polska
8.58 Pogoda – inf., Polska
9.00 Druga twarz 3 (6)
10.00 Gogglebox. Przed telewizorem 6 (12)
10.45 Express – inf., Polska
11.00 Pogoda – inf., Polska
11.05 Sędzia Anna Maria Wesołowska (507)
12.00 Sąd rodzinny (71)
13.00 Idealna niania 7 (8)
13.45 Damy i wieśniaczki. Ukraina 8 (16)
14.55 Made in Maroko (3)
15.45 Express – inf., Polska
16.00 Pogoda – inf., Polska
16.05 Uwaga! – mag.
16.30 Nauka jazdy 4 (10)
17.00 Gogglebox. Przed telewizorem 7 (1)
17.45 Express – inf., Polska
18.00 Pogoda – inf., Polska
18.05 DeFacto 4 – flesz (5)
18.15 Usterka 11 (19)
19.00 Ukryta prawda (425)

Jola zaczyna okres próbny w korporacji. W firmie obowiązuje zakaz spotkań z kolegami z pracy. Pomimo tego kobieta nawiązuje romans z kierownikiem działu. Przyłapuje ją znajoma.
(Polska 2015-2016, 60')
20.00 Doradca smaku (25)
20.05 Patent na kasę (25)
20.40 Damy i wieśniaczki. PL 3 (3) – fab.-dok.
21.45 Express – inf., Polska
21.58 Pogoda – inf., Polska
22.00 Vlogbox. W necie (8)
22.45 Dżentelmeni i wieśniacy 3 (2)
23.45 Ostre cięcie 9 (8)
0.30 Druga twarz 3 (6)
1.30 Tabu Polska (6) – dok.

POLSAT 2

10.35 Baranek Shaun
10.55 Molang – anim.
11.15 Przytul mnie
11.30 Zaczarowany ołówek
11.45 Bolek i Lolek
11.55 Listonosz Pat – Przesyłki specjalne
12.20 Kumple z dżungli – na ratunek! – anim.
12.35 Bob Budowniczy
12.45 Tomek i przyjaciele
13.00 Alvinnn!!! i wiewiórki
13.35 Całkiem nowe przygody Toma i Jerry'ego
14.35 Dom: Przygody Oha i Tip – anim.
15.00 Ben 10 2 – anim.
15.35 Krudowie: U zarania dziejów – anim.
16.35 Fineasz i Ferb
17.35 Pingwiny z Madagaskaru – anim.
18.35 Alvinnn!!! i wiewiórki
18.45 Psi Patrol
19.15 Blaze i megamaszyny
19.40 Alvinnn!!! i wiewiórki
20.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (178)
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas

Grissom prowadzi śledztwo w sprawie śmierci niesłyszącego mężczyzny, którego potrącił samochód. Okazuje się, że w chwili uderzenia ofiara była już martwa.
(USA/Kanada 2001, 120')
23.00 Code Black: Stan krytyczny (6)
Pacjentami Leanne zostają: policjant, który kiedyś jej pomógł, i ciężej ranny mężczyzna, który postrzelił stróża prawa.
0.00 Gwiazdy lombardu 18 (453, 454)
1.00 Gwiazdy lombardu 10 (179)
1.35 Niesamowite! (17-20)

TV6

6.00 Top 10 – lista przebojów – pr. muz.
7.00 Strażnik Teksasu (177) – serial sens.
8.00 Medicopter (36)
9.00 Policjantki i Policjanci (259) – obycz.
10.00 Galileo (181)
11.00 VIP (20) – sens.
12.00 Miodowe lata (84, 46) – kom.
13.40 Sekrety sąsiadów (16) – serial obycz.
14.15 MacGyver (57)
15.15 Diagnoza: Morderstwo (75) – krym.
16.15 Drużyna A (23)
17.15 Paulina (68) – telen.
18.15 Miodowe lata (73, 83) – kom.
Duński tramwajarz Bjorn Bergenstrup chce poznać życie warszawskich kolegów.
20.00 Galileo (182)
Okaże się, jak żyją współcześni Masajowie i jak wyglądają niemieckie bunkry.
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (90, 91)

W wypadku samochodowym ginie młoda kobieta. Agenci dowiadują się, że ofiara ukradła ze sklepu jubilerskiego, w którym pracowała, naszyjnik wyceniony na kilka milionów dolarów.
(USA 2006, 120')
23.00 Bestie z morza:
FILM **Megalodon** – thriller, USA/RPA/Izrael 2002, 120 min
Ratownik Ben odkrywa, że w okolicznych wodach grasuje olbrzymi rekin. Zaczynają ginąć ludzie. Ben postanawia odnaleźć drapieżnika.
1.00 STOP Drogówka

STOPKLATKA TV

6.00 Złotopolscy (298, 299)
7.00 Plebania (163-165)
8.30 Klara i wszystko jasne (9) – krym.
9.35 Wojny przewoźników 5 (6, 7)
10.25 Ciężarówką po antypodach 5 (13) – dok.
11.25 Wojny kontenerowe (11) – serial dok.
11.50 Allo, Allo (23-25)
13.30 Sekrety luksusowych hoteli 2 (1)
14.25 Katastrofy w przestworzach (129, 131)
16.20 Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw 2 (13) – dok.
16.45 Wojny kontenerowe (13) – serial dok.
17.10 Wygrać, przegrać albo polec (1, 2)
18.00 Komisarz Rex 4 (53)
19.00 Przygody Merlina (13) – serial fantasy
Artur zapada w śpiączkę po ukąszeniu smoka. Merlin chce uratować przyjaciela.
20.00 Co kryje prawda

Claire (Michelle Pfeiffer, zdj.) i jej mąż wprowadzają się do domu nad jeziorem. Kobieta zaczyna spotykać tajemniczą zjawę. Rozpoczyna własne śledztwo, by odkryć jej tożsamość.
(USA 2000, 160')
22.40 Siła odwagi – film
FILM wojenny, Francja 2008, 140 min
II wojna światowa. Louise przygotowuje akcję odbicia rannego Anglika. Kompletuje grupę złożoną z kobiet.
1.00 Kickbokser
FILM – film sensacyjny, USA 1989, 115 min

13 ULICA

6.00 Napisała: Morderstwo 6 (7) – krym.
7.00 Morderstwa w Midsomer 19 (3) – krym.
9.00 Mentalista 4 (17, 18)
11.00 Akta zbrodni (95, 97-99) – paradok.
13.00 Zabójcze umysły 3 (5, 6) – serial krym.
15.00 Mentalista 4 (19, 20)
17.00 Kobra – oddział specjalny 19 (14, 15)
19.00 Zabójcze umysły 3 (7, 9) – krym.
Jeden z dwójki seryjnych morderców w trakcie aresztowania popełnia samobójstwo. Hotchner wraz z ekipą rozpoczynają wyścig z czasem.
21.00 Koroner (2)
Koronerka zostaje wezwana do luksusowego mieszkania. Na miejscu rozwiązuje zagadkę śmierci znanego potentata w handlu marihuaną.
22.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 15 (9)

W więzieniu ginie osoba, która pełniła funkcję policyjnej wtyczki. Zespół CSI odkrywa, że denat działał jako podwójny agent.
(USA/Kanada 2014-2015, 60')
23.00 Mentalista 4 (19, 20)
Na środku drogi biegnącej przez kanion policja znajduje samochód, a w nim ciało. Ślady wiodą do kasyna.
1.00 Prawo i porządek: Sekcja specjalna 16 (14, 15) – krym., USA
Twórczyni gier wideo wprowadza na rynek swoje pierwsze dzieło. Podczas zjazdu fanów dochodzi do napaści.

TVP SPORT

5.30 Sportowy wieczór
6.00 Lekkoatletyka: Halowe ME w Glasgow
8.20 Piłka nożna: Puchar Włoch – podsumowanie meczów półfinałowych
10.20 4-4-2 (1, 2) – mag.
11.30 Tenis: Turniej
LIVE WTA w Stuttgarcie – mecz 1. rundy
15.35 Gol Ekstra – magazyn
17.10 Gol po Golu – mag.
17.50 Piłka ręczna kobiet:
LIVE PGNiG Superliga Kobiet: Perła Lublin – Metraco Zagłębie Lubin
20.05 Halo Włodku! Benefis Włodzimierza Szaranowicza – widowisko
22.00 Sportowy wieczór
22.40 Coppa Italia (10)
23.15 Żużel – mecz: Polska – Reszta Świata

EUROSPORT 1

9.30 Kolarstwo: Wyścig Amstel Gold Race
11.00 Snooker: MŚ w Sheff-
LIVE field – 4. dzień
14.00 Kolarstwo: Tour
LIVE of the Alps – 2. etap
15.30 Snooker: MŚ w Sheff-
LIVE field – 4. dzień
18.30 Horse Excellence
19.00 Kolarstwo: Tour of the Alps – 2. etap
19.55 Wiadomości Eurosportu
20.00 Magazyn LOTTO Ekstraklasy
20.30 Piłka nożna: Puchar
LIVE Niemiec – mecz półfinałowy: Hamburger SV – RB Lipsk
22.30 Snooker: MŚ w Sheff-
LIVE field – 4. dzień
23.00 Wyścigi samochodowe: Wyścig Eset V4 Cup w Budapeszcie

POLSAT SPORT

6.00 Żużel: Turniej o Złoty Kask – zawody finałowe w Pile
8.30 Piłka nożna: Magazyn Fortuna 1. ligi – mag.
10.10 ATP World Tour Uncovered – mag.
11.00 Tenis: Turniej
LIVE ATP w Barcelonie – mecz 1. rundy gry pojedynczej
17.30 Siatkówka kobiet:
LIVE Liga Siatkówki Kobiet – mecz o 3. miejsce
20.30 Siatkówka kobiet:
LIVE Liga Siatkówki Kobiet – mecz finałowy fazy play-off
23.00 Magazyn koszykarski
23.30 Sporty walki: Z archiwum UFC
0.00 Boks: Gala w Londynie – waga ciężka: Dave Allen – Lucas Browne

POLSAT PLAY

7.00 Dorwać tuńczyka (8)
8.00 Sztuczki Carbonaro
9.00 Pogromcy mitów (50)
10.00 Malanowski i partnerzy (621-624)
12.00 Gangland
13.00 Polska w monitoringu
14.00 Hardkorowy lombard
15.00 Jak zostać mistrzem iluzji (13, 1)
16.00 Top 20 – Umrzesz ze śmiechu (18)
17.00 Hardkorowy lombard
18.00 Dorwać tuńczyka (3)
19.00 Poszukiwacze historii
20.00 Jak Hitler przegrał bitwę o ropę naftową
21.00 Skarby III Rzeszy (26)
21.30 Tajna historia XX wieku (7)
22.00 Poszukiwacze historii
22.30 Hardkorowy lombard
23.30 Pani i jej pokojówki – film erot., Fr. 2016

TVN TURBO

10.00 Garaż marzeń (8)
10.45 Wszystko, co chcielibyście wiedzieć o samochodach (8)
11.15 Samochody Jaya Leno (9) – mag., USA
12.15 Handlarze historią (9)
13.15 Zawodowi handlarze
14.00 Wyburzacze (8) – rozr.
14.45 Zakup kontrolowany
15.45 Samochód marzeń – kup i zrób (3) – mag.
16.45 Uwaga! Pirat! (19)
17.30 Nowy Gadżet (8)
18.00 Raport Turbo
18.15 Pomoc drogowa 24h
19.00 101 napraw (9)
19.30 Megatransporty (2)
20.15 Automaniak (1) – rozr.
21.15 Wyburzacze (8) – rozr.
22.00 Raport Turbo
22.15 Zawodowi handlarze (9) – pr. rozrywkowy
23.00 Klimek kontra Duda

POLO TV

6.00 To hit! – pr. muzyczny
6.05 Pobudka z Polo TV!
7.00 To hit! – pr. muzyczny
7.05 Pobudka z Polo TV!
8.00 To hit! – pr. muzyczny
8.05 Najlepsze z najlepszych! – pr. muzyczny
9.00 To hit! – pr. muzyczny
9.15 Disco Studio
11.15 Dance w Polo TV
12.00 To hit! – pr. muzyczny
12.05 Dance w Polo TV
13.00 To hit! – pr. muzyczny
13.05 Tego słuchacie
14.30 Selfie z fanem – muz.
16.00 Lista przebojów Polo TV – pr. muz.
16.30 Playlista gwiazd
17.15 Disco Studio
19.15 Szalone lata 90.
20.00 Dance w Polo TV
21.30 Disco Star 7 (7) – rozr.
23.00 Video Mix – pr. muz.
23.50 Disco noc w Polo TV!

4.30 Agenci NCIS 8
(22, 23) – serial sens.
8.25 Grimm 6 (3)
9.25 Agenci NCIS 12 (19)
11.20 Seal Team (18, 19)
12.10 Agenci NCIS 8 (24)
13.10 MacGyver (1)
14.10 Grimm 6 (5, 6)
16.05 Seal Team (20, 21) – serial akcji, USA '17
18.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami 2 (1, 2) – serial kryminalny. Umiera potrącona przez samochód kobieta. Dowody potwierdzają morderstwo. Niestety, sprawcę chroni immunitet dyplomatyczny.
20.00 Agenci NCIS 12 (19) Podczas śledztwa w sprawie śmierci amerykańskiego kongresmena ekipa Gibbsa korzysta z pomocy kolegów z Nowego Orleanu. Wkrótce ginie kolejna osoba.

TVP ROZRYWKA DVB

7.45 Big Music Quiz (14)
8.50 Zakochaj się w Polsce (50)
9.20 Koło fortuny (460)
9.55 Andre Rieu: Witaj w moim świecie (1)
10.50 Muzeum Polskiej Piosenki (125)
11.05 Familiada – telet.
11.35 Rodzina wie lepiej
12.10 Kabaret Moralnego Niepokoju – „Galaktikos": Halo, panie pilocie!
13.15 Kabaret Moralnego Niepokoju – „Galaktikos": W stronę słońca!
14.20 The Wall. Wygraj marzenia (1)
15.15 Płocka Noc Kabaretowa 2012. „Jestem gwiazdą!" (1, 2)
17.25 Opole 2017 na bis – Z PRL do Polski (1)
18.20 Okrasa łamie przepisy
18.55 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
19.25 Makłowicz w podróży

ATM ROZRYWKA DVB

6.00 Disco Gramy
7.00 TV Okazje – magazyn
7.30 Awantura o kasę (112, 113) – teleturniej
9.20 Gra w ciemno (226)
10.20 Pierwsza miłość (2864) – serial obycz.
11.05 Ewa gotuje (297, 298)
12.00 Urlop Polaka (4, 5)
13.00 Słoiki (25) – paradok.
14.00 Małolaty (58) Kaja interesuje się modą. Liczy, że ojciec, który prowadzi w Paryżu agencję modelek, pomoże jej w karierze. Jedzie do niego na weekend.
15.00 Polskie dziary (3, 4)
16.00 Świat według Kiepskich (469, 470) Kozłowski organizuje grzybobranie. Mieszkańcy kamienicy licznie uczestniczą w wyprawie. Nagle znika emeryt Tadeusz Kopciński.
17.00 Detektoryści (4, 5)

TVN STYLE

5.20 Wiem, co jem, i wiem, co kupuję (6)
6.05 Subiektywny ranking naj... (5)
6.35 Śluby marzeń (8)
7.40 Sablewskiej sposób na modę (9)
8.25 Apetyt na miłość (5)
9.25 W czym do ślubu? (6)
10.00 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (1)
10.45 Perfekcyjna pani domu (2)
11.45 Kuchenne rewolucje (4)
12.45 Pani gadżet extra
13.20 Tak powstaje (4)
13.50 Sablewska od stylu. Na okazje (8)
14.35 Powrót doktora Szczyta (8)
15.35 Gwiazdy prywatnie
16.05 Afera fryzjera (8)
16.50 Eks-tra zmiana (4)
17.50 Kuchenne rewolucje
18.50 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (5)
19.35 Pogromcy medycznych mitów (1)

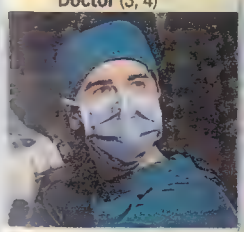
FOKUS TV DVB

6.00 Wehikuł czasu
6.05 Redakcja: Dział Śledczy (26)
7.05 Wehikuł czasu
7.40 Pod lupą (1)
8.00 Wędkarz na tropie (7, 8)
8.55 Supersamoloty bojowe (2)
9.55 Gwiazdy lombardu (34, 35)
10.50 Starożytni kosmici (12)
11.50 Nagie miasto (2)
12.55 Na lodowym szlaku (13)
13.55 Kryptonim szef (3)
14.45 Gwiazdy lombardu (36, 37)
15.45 Łowcy opali (8)
16.40 Supersamoloty bojowe (3)
17.45 Fabryka jedzenia (9)
18.25 Wojny magazynowe (15, 16)
19.05 Premiera: Starożytni kosmici (13)
20.00 Premiera: Gwiazdy lombardu (38, 39)

ID

6.00 Mroczne sekrety małżeńskie – dok.
6.25 Ja, detektyw – krym
7.10 Detektyw do zadań specjalnych – dok.
8.00 Oczami ofiary – dok.
9.00 Śmierć na pustkowiu – dok.
10.00 Główny podejrzany
11.00 Mój sąsiad morderca – dok.
12.00 Krwawa układanka
13.00 Zaginieni – serial dok
14.00 Przerwana sielanka
16.00 Detektyw do zadań specjalnych – dok.
17.00 Oczami ofiary – dok.
18.00 Śmierć na pustkowiu – dok.
19.00 Główny podejrzany
20.00 Mój sąsiad morderca
21.00 Krwawe tajemnice Samotna kobieta zakochuje się w miłym agencie nieruchomości. Jej córka nie ufa mężczyźnie i postanawia sprawdzić jego intencje.

21.00 The Good Doctor (3, 4)



Niewyspany Shaun ponownie naraża się Melendezowi. Młody lekarz ma zająć się pozornie prostym przypadkiem. Sprawa okazuje się jednak skomplikowana. (USA 2017, 120')

23.00 Premiera: Podróżnicy 2 (10) Podróżnicy chronią dziewczynkę, która kiedyś okaże się przydatna. MacLarenowie opłakują śmierć swojego nienarodzonego dziecka.
0.00 Patolog (10)
1.10 Designated Survivor (15) – krym., USA 2016
2.05 The Good Doctor (3)

19.55 Rodzina wie lepiej (19)

Przedstawiciele drużyn krewnych lub przyjaciół odpowiadają na pytania. Prowadzi Marcin Rams (zdj.). (Polska 2017, 35')

20.30 Postaw na milion
21.30 Latający Klub 2, czyli wieczór kabaretowy (8) – pr. rozrywkowy Gośćmi Roberta Górskiego i Marcina Wójcika są Ani Mru-Mru oraz Krzysztof Piasecki.
22.25 To był rok! (4)
23.40 Koło fortuny (459)
0.20 Sierocki na sobotę
1.20 Sopot na bis: Lady Pank
2.20 Dzięki Bogu już weekend

KOMEDIOWY

18.20 Graczykowie, czyli Buła i spółka (65)

Narzeczona i syn Buły przygotowują dla niego prezenty. Waldek postanawia zrobić ojcu dodatkową niespodziankę. W tym celu planuje zajść w ciążę i wygrać bardzo wysoką nagrodę. (Polska 2001, 40')

19.00 Słoiki (25) – paradok.
20.00 Plebs (8, 1) – kom.
21.00 Peep Show (47)
21.30 Zawodowiec amator (1) – pr. rozrywkowy
22.00 Polskie dziary (10)
22.30 Świat według Kiepskich (261, 262)
23.30 Słoiki (25) – paradok.
0.30 TV Okazje – magazyn
1.00 Słoiki (9) – paradok.
2.00 Małolaty (57)

DOKUMENTALNY

20.35 Tajemnice konfliktu Meghan i Kate

Twórcy filmu sprawdzają, ile prawdy jest w plotkach dotyczących okoliczności wejścia Amerykanki Meghan Markle do angielskiej rodziny królewskiej. (Wielka Brytania 2019, 65')

21.40 Co nas truje (6) Katarzyna Bosacka wskaże powszechnie używane produkty spożywcze, które mogą szkodzić naszemu zdrowiu.
22.25 Kto tu mieszka? (7)
23.10 Panny młode ponad miarę (8)
0.15 Miłość od kuchni (7)
1.15 Wiem, co kupuję (4)
1.45 Wiem, co jem

DOKUMENTALNY

21.00 Poszukiwacze złota z Alaski (1)

Sezon wydobywczy na Alasce trwa tylko 100 dni. John Reeves, jeden z największych właścicieli ziemskich, postanawia poszukać złota na swoich działkach. (USA 2012, 60')

22.00 OSP. Na ratunek! (5) Strażacy jadą na wezwanie do wypadku. Samochód osobowy uderzył w latarnię i ma mocno zgniecioną maskę.
23.00 Elektrycy wysokich napięć – Alaska (5)
23.55 Krwawa historia Europy (6)
0.55 Wielkie konstrukcje III Rzeszy (4)

PARADOKUMENTALNY

22.00 Zatrute serce

Detektywi analizują sprawę morderstwa Edwardyne Williams, której ciało odnaleziono w lesie. Początkowo śledczy są zdania, że kobieta była przypadkową ofiarą ataku. (USA 2019, 60')

23.00 Uśmiercone marzenia Podczas burzy w miasteczku na Florydzie do domu niedawno poślubionej pary włamuje się przestępca. Dochodzi do tragedii.
0.00 Lata 90. Dekada zbrodni – serial dok.
1.00 Zbrodnie i kary
2.00 Zło w genach – dok.

TLC

7.10 Rodzinka 5+
8.00 Salon sukien ślubnych: Wielka Brytania
9.00 Historie wielkiej wagi
11.00 Kilogramy zbędnej skóry
12.00 Mała piękność
13.00 Zawody 24 h
13.30 Sprzątaczki
14.15 Idealna niania
15.00 Sześć razy córka
16.00 Historie wielkiej wagi
18.00 Urodzie na ratunek
19.00 Salon sukien ślubnych: Wielka Brytania
20.00 Suknie ślubne dla puszystych – pr. rozr.
20.30 Salon sukien ślubnych: Wielka Brytania
21.30 Panny młode ponad miarę
22.30 Premiera: Żony Hollywood – pr. rozr.
23.30 Dr Pryszczylla

POLSAT CAFE

7.00 Wielkie cygańskie wesele
8.00 Celebrity salon – rozr.
9.00 Małolaty
10.00 Szpital dziecięcy
11.00 Shopping Queen
12.00 Gwiazdy na dywaniku
12.30 Demakijaż – pr. rozr.
13.00 Ewa gotuje – mag.
13.30 Jem i chudnę – mag.
14.00 Ale Cię urządzą!
15.00 Skrzywdzone
16.00 Randka z nieznajomym – reality show
17.00 Nasz nowy dom
18.00 Sekrety rodziny
19.00 Z kamerą u Kardashianów
20.00 Oszukane
21.00 Biedni kontra bogaci
22.00 Gry małżeńskie
23.00 Zdrady
0.00 Oszpecone piękno

HGTV

11.45 Ogrodowe rewolucje 15
12.45 Polowanie na ogród 2
13.15 Nowa Maja w ogrodzie – mag.
13.45 Akademia ogrodnika
13.50 Pierwszy remont
14.15 House Hunters – Poszukiwacze domów 5
14.45 Zarobić na remoncie
15.15 Nowe życie na Bahamach 2 – reality show
16.15 Domy z potencjałem 4
17.15 Dorota was urządzi!
18.00 Walka o remont 13
19.00 Łowcy domów do remontu – pr. rozr.
20.00 Dorota inspiruje
21.00 Mama, remont i ja
22.00 Zarobić na remoncie 2
23.00 Moje miasto, mój dom 2 – pr. rozr.

DOMO+

13.00 Telesprzedaż
14.05 Rośliny Karoliny 3
14.35 Charlie Luxton: domy nad morzem 3
15.25 Express domowy
15.35 Najlepsze domy Australii 8
16.30 Lifting wnętrz z Marią Semczyszyn
17.00 Pogotowie remontowe Wieśka 2
17.30 Ucieczka na wieś 15
19.15 Wielkie projekty: Australia 7
20.10 Cudotwórcy u siebie: Drew się żeni – mag.
21.00 Gra o dom 2
21.50 Express domowy
22.00 Pokochaj lub sprzedaj – Wielka Brytania 3
22.50 Charlie Luxton: budujący kompromis
23.40 Tomasz Pągowski: projekt LOKALny 2

NATIONAL GEOGRAPHIC

7.00 Tajemnice najtrudniejszych napraw
8.00 Najniebezpieczniejsze drogi świata
9.00 Najniebezpieczniejsze miejsca świata
10.00 Katastrofa w przestworzach
12.00 Wyprawa na dno Trójkąta Bermudzkiego
13.00 Stawka warta tuńczyka
14.00 Odludna wyspa
15.00 Fabryki smaku
16.30 Anatomia głupoty 4
18.00 Pułapki umysłu
19.00 Fabryki smaku
20.00 Wielka egipska wyprawa: Ziemia niczyja
21.00 Premiera: Apollo 8: Przełomowa misja
22.00 Przedziwna planeta Ziemia
23.00 Wrogi świat

DISCOVERY CHANNEL

8.00 Jak to jest zrobione?
9.00 Alaska: Ostatni przystanek
10.00 Łowcy opali
11.00 Bimbrownicy
12.00 Ed Stafford poza cywilizacją
13.00 Nagi instynkt przetrwania
14.00 Ekstremalna Alaska
15.00 Złomowisko PL
16.00 Klan z Alaski
17.00 Gorączka złota
18.00 Ciężarówką przez Wietnam
19.00 Złomowisko PL
21.00 Premiera: Kolejarze
22.00 Granice wytrzymałości Zachara
22.30 Od destrukcji do produkcji
23.00 Premiera: Najniebezpieczniejszy zawód świata 12

TVP 1

5.35 Jaka to melodia? – telet. muz.
6.15 Wieczna miłość 2 (160) – telen.
7.05 Elif (471) – serial obycz., Turcja '14
8.00 Wiadomości, pogoda
8.15 Kwadrans polityczny – pr. publ.
8.40 Blondynka 5 (64) – obycz., Pol. '16
9.40 Komisarz Alex 9 (116) – kryminalny
10.35 Ojciec Mateusz 6 (80) – kryminalny
11.30 Korona królów (210) – telen. hist.
12.00 Wiadomości
12.15 Agrobiznes – mag. rolniczy
12.35 Agropogoda – pr. informacyjny
12.40 Rok w ogrodzie extra – magazyn
12.55 Brytyjski ogród: Życie i śmierć na twoim trawniku (2) – film dok.
14.00 Elif (472) – obycz., Turcja 2014
15.00 Wiadomości, pogoda
15.15 Alarm! – magazyn interwencyjny
15.35 Leśniczówka (114) – telenowela
16.05 Wieczna miłość 2 (161) – telen.
17.00 Teleexpress
17.25 Jaka to melodia? – telet. muz.
18.00 Klan (3475) – telen., Pol. 2019
18.30 Korona królów (211)
18.55 Jeden z dziesięciu – telet.
19.25 Sport
19.30 Wiadomości, pogoda
20.10 Alarm! – magazyn interwencyjny
20.30 Piłka nożna: Puchar Włoch – studio

TVP 2

5.00 Koło fortuny (281) – teleturniej
5.40 M jak Miłość (1439) – obyczajowy
6.35 Pożyteczni.pl – magazyn
7.05 Na sygnale (46) – serial fab.-dok.
7.30 Ogrodowi (7) – magazyn
7.45 Przepis dnia – mag. kulinarny
7.55 Pytanie na śniadanie – mag.
11.25 rodzinka.pl (159) – komediowy
11.55 Barwy szczęścia (2049) – obycz.
12.30 Koło fortuny (290) – teleturniej
13.15 Miłosne potyczki (69) – serial obyczajowy, Turcja 2016
14.10 M jak Miłość (1439) – obyczajowy
15.10 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział (81) – serial obyczajowy, Niemcy/Austria 2007
16.00 Koło fortuny (487) – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.15 Więzień miłości (45) – telenowela, Turcja 2016
18.00 Panorama, pogoda
18.30 Sport telegram
18.40 rodzinka.pl (53) – komediowy
19.05 Przepis dnia – mag. kulinarny
19.15 Muzeum Polskiej Piosenki (31, 112)
19.35 Barwy szczęścia (2049) – obycz.
20.10 Barwy szczęścia (2050)
20.40 Kulisy serialu „Na dobre i na złe" i „Na sygnale" (45) – cykl fel.

POLSAT

4.55 Disco Gramy – program muzyczny
5.40 Telezakupy TV Okazje – magazyn
6.00 Nowy dzień – pr. informacyjny
9.00 Malanowski i partnerzy (719, 720)
10.00 Dzień, który zmienił moje życie (123) – serial paradok., Polska 2015
11.00 Dlaczego ja? (606) – paradok.
12.00 Gliniarze (167) – serial paradokumentalny, Polska 2017
13.00 Trudne sprawy (868) – paradok.
14.00 Pierwsza miłość (2870) – obycz.
14.45 Dlaczego ja? (914) – paradok.
15.50 Wydarzenia, pogoda
16.15 Interwencja – mag. reporterów
16.30 Na ratunek 112 (337) – serial paradokumentalny, Polska 2019
17.00 Gliniarze (327) – serial paradokumentalny, Polska 2019
18.00 Pierwsza miłość (2871)
18.50 Wydarzenia
19.20 Sport, pogoda
19.30 Świat według Kiepskich (61)
Ferdek zostaje zaproszony na zjazd szlacheckiej rodziny Badziwiłłów. Kiepski odkrywa, że należy do arystokratycznego rodu i zaczyna przypominać sobie swoich przodków. W dniu spotkania przed kamienicą pojawia się stangret z powozem.

TVN

5.10 Uwaga! – mag. reporterów
5.35 Mango – telezakupy
6.50 Kuchenne rewolucje (1) – rozr.
7.50 Doradca smaku (29) – mag.
8.00 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.00 Ukryta prawda (1031) – paradok.
12.00 Szpital (920) – paradok., Polska
13.00 Szkoła (683) – serial paradokumentalny, Polska 2019
14.00 19+ (384) – serial paradokumentalny, Polska 2019
14.30 Kuchenne rewolucje (6) – rozr.
15.30 Szkoła (684) – serial paradokumentalny, Polska 2019
16.30 19+ (385) – serial paradokumentalny, Polska 2019
17.00 Szpital (921) – paradok., Polska
18.00 Ukryta prawda (1032) – paradok.
Daniel podrywa Agnieszkę na imprezie. Dziewczyna niechętnie zgadza się na randkę. Wkrótce nawiązuje się między nimi płomienny romans.
19.00 Fakty
19.35 Sport, pogoda
19.50 Uwaga! – mag. reporterów
20.10 Doradca smaku (30) – mag.
20.15 Na Wspólnej (2863) – serial obyczajowy, Polska 2019
20.55 Milionerzy (261) – teleturniej

PIŁKA NOŻNA

20.40 Puchar Włoch – rewanżowy mecz półfinałowy: AC Milan – SS Lazio

Pierwsze starcie tych zespołów zakończyło się bezbramkowym remisem. Polacy liczą z pewnością, że zwycięży AC Milan, gdzie na pozycji napastnika gra Krzysztof Piątek (zdj.). Lazio jednak nie odpuści tego spotkania. Ostatnio podopieczni Simone'a Inzaghiego prezentują znakomitą formę.
(2019, 140')

23.00 Na własne oczy: Miłość i puste słowa – film dokum., Polska 2018
Intymna opowieść o sile uczucia, które łączy ludzi nawet w obliczu nieuleczalnej choroby. Adam i Wanda są małżeństwem z wieloletnim stażem. On jest zdrowy, lecz jego żona od lat zmaga się z alzheimerem. Niestety choroba ciągle postępuje.
0.30 Bez tożsamości 2 (20) – serial kryminalny, Hiszpania 2016
1.20 Warto rozmawiać – talk-show

SERIAL OBYCZAJOWY

20.55 Na dobre i na złe (741)

Marcin dochodzi powoli do siebie po operacji, a Julka wciąż się nim zajmuje. Tymczasem ratownicy przywożą do szpitala Wiesława, któremu piła odcięła rękę. Dyżur sprawuje jednak tylko doktor Grabski.
(Polska 2018, 60')

21.55 Na sygnale (229) – serial fabularno-dokumentalny, Pol. 2019
22.35 Kino relaks: Oświadczyny po irlandzku – komedia romantyczna, USA/Irlandia 2010, 110 min
Anna (Amy Adams) chce się oświadczyć swojemu chłopakowi. Zamierza to uczynić 29 lutego, bo według tradycji ukochany musi ją poślubić. Sprawy się komplikują.
0.25 O mnie się nie martw 10 (7) – serial komediowy, Polska 2019
1.25 Świat bez tajemnic: Sto lat brytyjskiego Vogue'a (2-ost.) – dok.

SERIAL KOMEDIOWY

20.00 Świat według Kiepskich (548)

Jolasia ma dość swojego męża, który jej zdaniem jest niepoukładany i nieprzystosowany do życia w społeczeństwie. Aby zmobilizować Waldka do tego, by stał się jej ideałem mężczyzny, grozi mu rozstaniem. Zrozpaczony syn Kiepskich robi wszystko, by zatrzymać ukochaną przy sobie.
(Polska 2019, 30')

20.30 Śpiewajmy razem. All Together Now (8) – program muzyczny
22.05 Ślad (62) – krym., Polska 2019
Przy zwłokach zamordowanej studentki detektywi odkrywają wyraźny ślad butów sportowych. W toku dochodzenia wychodzi na jaw, że ofiara trudniła się prostytucją i tuż przed śmiercią została wynajęta.
23.10 Pociąg z forsą – film sensacyjny, USA 1995, 150 min
1.40 Nasz nowy dom (65, 66)

REALITY SHOW

21.30 Agent – Gwiazdy (9)

Pierwsze zadanie ma miejsce w Museo Atlántico. Uczestnicy ponownie wykorzystują umiejętność nurkowania. Kolejna misja wymaga zręczności. Odbywa się pośród hałd piasku. Zawodnicy wyławiają z wody piłki, którymi usiłują trafić do bramki. Do obu tych czynności wykorzystują... koparki.
(Polska 2019, 60')

22.30 Jestem legendą – film s.f., USA/Australia 2007, 125 min
Rok 2012. W Nowym Jorku rozprzestrzenia się tajemniczy wirus, który zmienia ludzi w krwiożercze potwory. Genialny naukowiec Robert Neville (Will Smith) okazuje się jedyną osobą odporną na zarazę. Robi wszystko, by znaleźć antidotum.
0.35 American Horror Story (12-ost.) – serial grozy, USA 2011
1.45 Uwaga! – mag. reporterów

TVP HD

6.25 Klan (3198) – telen.
6.55 rodzinka.pl (13, 14)
8.05 Ojciec Mateusz 17 (216, 217) – krym.
9.55 Ranczo 5 (64) – obycz.
10.55 Złote serce (15)
11.40 „Ja to mam szczęście!" – ulubione skecze – rozr.
11.55 Na sygnale (57, 58)
12.55 Camilla, jakiej nie znamy – film dok.
13.55 Na dobre i na złe (476)
14.55 Ranczo 10 (121, 122)
16.45 Przepis dnia – mag.
16.55 Teo-ria smaku Teo Vafidisa (9, 10) – mag.
18.05 Ojciec Mateusz 9 (114)
18.55 Ranczo 5 (65) – obycz.
19.55 rodzinka.pl (15, 16)
20.55 Makłowicz w podróży
21.35 Ojciec Mateusz 21 (270, 271) – krym.
23.25 rodzinka.pl (107, 108)

TVP POLONIA

13.45 O mnie się nie martw 9 (5) – kom.
14.35 Archiwum zimnej wojny – magazyn
15.45 Wiadomości
15.55 Korona królów (193)
16.25 Astronomia niepodległa – 100 lat polskiej astronomii (5)
16.55 Baw się słowami
17.20 Historia jednego obrazu (27) – fel.
17.30 Teleexpress
17.55 Gwiazdozbiór TVP
18.55 Barwy szczęścia (1963) – obycz.
19.25 Wilnoteka – magazyn
19.45 Dobranocka
20.00 Wiadomości, pogoda
20.45 Londyńczycy 2 (7)
21.45 Polonia 24 – mag.
22.05 Rozmowa Polonii
22.20 Halo Polonia – mag.
23.10 Focus on Poland (84)

TVP HISTORIA

10.20 Sensacje XX wieku
10.55 Inka. Są sprawy ważniejsze niż śmierć
12.00 PKF – cykl dok.
12.20 Czas honoru (27)
13.30 Wszystkie kolory świata (2) – dok.
14.35 Czego nie mogliśmy wykrzyczeć – dok.
15.40 Odtajnione akcje szpiegowskie (1)
16.35 Ewangelia i bunt
17.30 Było, nie minęło...
18.00 Zapomniany bohater
18.35 PKF – cykl dok.
18.45 Polonia Restituta (2)
20.00 Ludobójstwo Ormian
21.05 Latająca maszyna amerykańskich konfederatów – film dok.
22.00 Weterani. Wyrwani śmierci 2 (5) – dok.
22.35 El Dorado FILM – western, USA 1967

TVP KULTURA

9.20 Szczęśliwy człowiek – dramat obyczajowy, Polska 2000
11.00 Ród Gąsieniców (1, 2)
13.15 Studio Kultura – rozmowy – mag.
13.30 „Zapatrzeni w siebie" – piosenki Marka Grechuty
14.35 Wezwanie – dram. FILM obycz., Polska 1996
16.00 Pora umierać – dram. FILM obycz., Polska 2007
18.00 Stefan Sutkowski i inni kochankowie opery – film dok.
19.25 Chuligan literacki
20.00 Informacje kulturalne
20.20 Barany. Islandzka opowieść FILM – komedio-dramat, Islandia/Dania/Norwegia/Pol. 2015
22.00 Pegaz – mag.
22.40 Znikająca wyspa

TVP ABC

12.20 Miś Uszatek – anim.
12.50 Stacyjkowo – anim.
13.00 Pszczółka Maja
13.15 Pamiętnik Florki
13.30 Masza i Niedźwiedź
13.35 Krecik i panda
13.55 Supełkowe ABC (154)
14.10 To Timmy! – anim.
14.25 Dzień, w którym Heniś poznał... – anim.
14.40 Tabaluga – anim.
15.10 Zwierzaki Czytaki
15.25 Yakari – anim.
15.40 Domisie – dla dzieci
16.10 Nela Mała Reporterka (19) – mag.
16.30 Dinotrux – anim.
17.00 Rescue Bots 3 – anim.
17.25 Robot Trains – anim.
17.45 Sara i Kaczorek 2
18.05 My Little Pony
18.30 Shimmer i Shine
19.00 Wieczorynka
20.05 Masza i Niedźwiedź

TV TRWAM

11.25 Myśląc Ojczyzna
11.40 Prosto o gospodarce
12.03 Informacje dnia
12.20 Rękopis błogosławionych – film dok.
14.00 Listy do Pana Boga FILM – dramat, USA 2010
15.50 Ma się rozumieć
16.00 Informacje dnia
16.10 Na zdrowie – mag.
16.30 Moje leczenie wodą
17.00 Po stronie prawdy
18.05 Informacje dnia
18.15 Rozmowy niedokończone – publ.
19.30 Przygody Mobilków
20.00 Informacje dnia
20.20 Różaniec
20.50 Myśląc Ojczyzna
21.00 Apel Jasnogórski
21.20 Informacje dnia
21.40 Polski punkt widzenia
22.00 Po tej stronie lustra FILM – dram., USA 2015

HIT DNIA DVB T STACJE DOSTĘPNE ZA DARMO W NAZIEMNEJ TELEWIZJI CYFROWEJ

TV4 (DVB-T)

…00 **Żona dla milionera 5** (14) – reality show
…05 **Przygody Kota w Butach** (35) – anim.
…35 **Dragon Ball Super** (18)
…00 **Nasz nowy dom** (1)
…00 **Septagon** (64) – krym.
…00 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (20)
…25 **Sekrety sąsiadów** (8)
…55 **Galileo** (740)
…00 **Detektywi w akcji** (165) – serial fab.-dok.
…00 **STOP Drogówka**
…00 **Policjantki i Policjanci** (531)
…00 **Gliniarz i prokurator 4** (67)
…00 **Joker** (67) – telet.
…00 **Septagon** (65) – krym.
…00 **Policjantki i Policjanci** (532)
…00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (291)
Ginie student, Sebastian. Jego przyjaciele sądzą, że pojechał powłóczyć się po górach.

…00 **Z podniesionym czołem** – sensacyjny
FILM

…hris Vaughn (Dwayne Johnson, zdj.), żołnierz oddziałów …pecjalnych, wraca w rodzinne strony. W miasteczku …zerzy się przemoc i bezprawie. Chris postanawia pomóc mieszkańcom.
(USA 2004, 115')

22.55 **Wzgórza mają oczy** – horror, USA 2006, 135 min
FILM
Bob i Ethel oraz ich dzieci jadą do Kalifornii. Korzystają ze skrótu przez pustynię. Tam psuje im się samochód. Wkrótce rodzinę atakują kanibale.
1.10 **Żona dla milionera 5** (14) – reality show

TVN 7 (DVB-T)

5.00 **Prawo Agaty** (10)
6.00 **Ukryta prawda** (547)
7.00 **Sąd rodzinny** (60)
7.55 **Szpital** (258)
8.50 **Big Brother** (27)
9.50 **Big Brother Pobudka** (28) – reality show
9.55 **Zakochani po uszy** (57) – telen., Polska
10.35 **Mango** – telezakupy
12.10 **19+** (77, 78) – paradok.
13.15 **Ukryta prawda** (322)
14.15 **Big Brother Popołudnie** (28)
14.20 **Sąd rodzinny** (61)
15.20 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (98)
16.20 **Szpital** (259)
Na oddział trafia mała Lena. Dziewczynka zatruła się podczas zabawy w ogrodzie.
17.20 **Big Brother Podwieczorek** (28)
17.25 **Prawo Agaty** (11)
18.25 **Ugotowani** (7)
19.30 **Zakochani po uszy** (58)
20.00 **Big Brother** (28)

21.00 **Był sobie chłopiec**

Kawaler Will (Hugh Grant, zdj.) żyje beztrosko dzięki odziedziczonemu majątkowi. Zaprzyjaźnia się z 12-letnim Marcusem (Nicholas Hoult, zdj.). Chłopiec chce wyswatać go z matką.
(Niemcy/USA/Francja/Wielka Brytania 2002, 130')

23.10 **Big Brother Nocą** (23) – reality show ●
23.45 **Zimowa opowieść** – dramat obyczajowy, USA 2014, 155 min
FILM
Rabuś Peter (Colin Farrell) zakochuje się w mieszkance domu, który chciał okraść. Ich miłość staje się początkiem cudów.

TV PULS (DVB-T)

6.00 **Słodka miłość** (27)
7.00 **Zbuntowany anioł** (205) – telen.
8.00 **Lombard. Życie pod zastaw 4** (188)
9.00 **Rodzinny interes** (36)
10.00 **Zaklinaczka duchów 3** (52)
11.00 **Kobra – oddział specjalny** (2, 3)
13.00 **Agenci NCIS: Los Angeles 6** (1, 2) – sens,, USA 2014
15.00 **Lombard. Życie pod zastaw 2** (63)
16.00 **Rodzinny interes** (36, 37) – obycz., Pol.
18.00 **Lombard. Życie pod zastaw 4** (188)
Bibliotekarz Arnold Pilecki ma problemy ze znalezieniem zatrudnienia. Za namową agenta pośrednictwa pracy próbuje handlu odkurzaczami.
19.00 **Lombard. Życie pod zastaw 4** (189) – obycz., Polska

PRZYGODOWY

20.00 **Król Artur**
FILM

Dzielny rycerz Artur (Clive Owen, zdj.) wraz z kompanami staje do walki, która odmieni losy Brytanii.
(USA/Wielka Brytania/Irlandia 2004, 145')

22.25 **Pompeje** – film katastroficzny, Kanada/Niemcy/USA 2014, 140 min
FILM
0.45 **Piła mechaniczna 3D** – horror, USA 2013, 100 min ●
FILM
Mija 20 lat od masakry w Teksasie. Heather dowiaduje się, że dostała w spadku po babci dwór w Newt. Wybiera się tam z grupą przyjaciół.

POLSAT 2

6.00 **Disco gramy** – muz.
7.00 **Dzień, który zmienił moje życie** (118)
8.00 **Dlaczego ja?** (825)
9.05 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (35)
9.35 **Stołeczna drogówka** (27) – dok., Polska
10.00 **Na ratunek 112** (154)
10.30 **Sekrety rodziny** (46, 47) – paradok.
12.30 **Nasz nowy dom** (37)
13.30 **Ewa gotuje** (254)
14.00 **Świat według Kiepskich** (293-295)
15.30 **Trudne sprawy** (831)
16.30 **Nasz nowy dom** (38)
17.30 **Malanowski i partnerzy** (229-231)
18-letnia Anna niepokoi się o swoją matkę nauczycielkę, która ma romans z uczniem.
19.00 **Gliniarze** (102)
Uprowadzono kasjerkę. Jej współpracownicy dostają żądanie zapłacenia okupu.

INFORMACYJNY

20.05 **Wydarzenia** – magazyn

Aktualne wiadomości z kraju i ze świata. Relacje korespondentów na temat sytuacji politycznej, społecznej i gospodarczej.
(Polska, 40')

20.45 **Trudne sprawy** (831)
Maria dowiaduje się, że jej matka została potrącona na drodze przez samochód. Dziewczyna sama postanawia odszukać sprawcę.
21.45 **Dlaczego ja?** (708)
22.50 **Świat według Kiepskich** (352, 353)
23.50 **Zdrady** (37) – paradok.
0.50 **Gliniarze** (102)
1.45 **Interwencja** – mag.

TVP INFO (DVB-T)

5.35 **Powitanie – Poranek: Serwis Info**
5.57 **Agropogoda** – pr. inf.
5.59 **Serwis Info**
6.29 **Wstaje dzień** – pr. inf.
6.30 **Serwis Info**
6.39 **Wstaje dzień** – pr. inf.
6.45 **Serwis Info**
7.20 **Felieton TVP Info:** Energa
7.23 **Wstaje dzień** – pr. inf.
7.30 **Serwis Info**
7.33 **Wstaje dzień** – pr. inf.
7.50 **Agrobiznes** – mag.
7.55 **Agropogoda** – pr. inf.
8.00 **Wiadomości**
8.10 **Minęła ósma** – publ.
9.00 **Serwis Info**
9.09 **Minęła dziewiąta**
10.00 **Serwis Info**
17.00 **Teleexpress**
17.15 **Teleexpress Extra**
17.32 **O co chodzi** – publ.
18.00 **Panorama**
18.20 **Panorama opinii**
18.32 **Serwis Info**
18.42 **Widziane z Polski**
19.00 **Serwis Info**
19.30 **Wiadomości**

PUBLICYSTYCZNY

19.58 **Gość „Wiadomości"**

Dziennikarze, m.in. Michał Adamczyk (zdj.), rozmawiają z zaproszonym do studia politykiem czy ekspertem. Dyskusja jest kontynuacją wybranych tematów z głównego wydania serwisu.
(Polska, 15')

20.13 **Minęła dwudziesta**
21.00 **Nie da się ukryć**
21.28 **Flesz Info Wieczór**
21.40 **Studio LOTTO**
21.49 **W tyle wizji** – publ.
22.31 **W tyle wizji extra**
23.00 **INFO wieczór**
23.30 **W akcji** – cykl rep.
23.55 **Serwis Info**
0.20 **Wiadomości**
0.48 **Gość „Wiadomości"**
1.15 **Minęła dwudziesta**

TVP 3 (DVB-T)

10.10 **Szkoła z zawodem**
10.30 **Co niesie dzień**
10.45 **Okrasa łamie przepisy** – mag. kulin.
11.20 **Wszystko dla pań** (9)
12.20 **Szlakiem miejsc niezwykłych: Pomniki historii:** Poznań – rep.
12.30 **Program lokalny**
13.00 **Kryminalna siódemka** – magazyn
13.15 **Co niesie dzień**
13.35 **Agrobiznes** – mag.
13.55 **Agropogoda**
14.00 **Program lokalny**
15.05 **Królowa jednej nocy** (49)
16.00 **Telekurier** – mag. rep.
16.30 **Kryminalna siódemka** – magazyn
16.45 **Dziennik regionów – tematy dnia**
17.00 **Złoty** (3) – magazyn
17.30 **Program lokalny**
19.00 **Piłka nożna:** 2. liga – mecz: Widzew Łódź – Radomiak Radom
21.00 **Program lokalny**
21.35 **Twój wybór** – inf. kult.

INFORMACYJNY

22.00 **Dziennik regionów**

Reporterskie omówienie najważniejszych wydarzeń minionego dnia. Dziennikarze pokrótce streszczają sytuację w różnych rejonach kraju.
(Polska, 20')

22.20 **Echa dnia** – pr. publ.
22.40 **Pogoda**
22.45 **Kryminalna siódemka** – magazyn
23.00 **Alarm** – program interwencyjny
23.20 **Telekurier** – mag.rep.
23.45 **Królowa jednej nocy** (49)
0.40 **Odloty Martyny** – rep
1.00 **Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie**
1.40 **Wspaniałe stulecie: Sułtanka Kösem** (1)

TVS

12.30 **Magnum**
13.35 **Policjanci z Miami**
14.35 **Prawdziwe życie**
15.15 **Serce z węgla** – dok.
16.00 **Silesia flesz; Pogoda**
16.07 **Przegląd prasy** – inf.
16.15 **Propozycje do „Szlagierowej listy TVS"**
16.40 **Polskie bo dobre** – inf.
16.55 **Fabryki w Polsce** – inf.
17.15 **Święta wojna**
17.45 **Silesia flesz; Pogoda**
17.55 **Kuchnia po śląsku**
18.15 **Prawdziwe życie**
19.10 **Serce z węgla** – dok.
19.45 **U Bacy na cacy** – kult.
20.00 **Silesia flesz; Pogoda**
20.20 **Napisała: Morderstwo**
21.25 **Magnum**
22.25 **Silesia flesz; Pogoda**
22.40 **Policjanci z Miami**
23.50 **Fabryki w Polsce** – inf.
0.20 **Kierunek zdrowie**

SUPER POLSAT (DVB-T)

6.05 **Pierwsza klasa – short**
6.25 **Wydarzenia**
7.00 **Na ratunek 112** (238, 262) – paradok.
8.00 **Pierwsza klasa** (11, 12)
9.00 **Nasz nowy dom**
10.00 **Chirurdzy** (244)
11.00 **Szpilki na Giewoncie 3**
12.00 **Przyjaciółki** (90)
13.00 **SuperLudzie** (38)
13.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 4** (37, 38) – reality show
16.30 **Tylko muzyka. Must be the music 7** (70)
18.30 **SuperLudzie** (19)
19.00 **Chirurdzy** (244)
20.00 **Nasz nowy dom**
21.00 **Rozmowy nocą** – komedia romant., Polska 2008
FILM
23.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku**

TVN FABUŁA

9.50 **BrzydUla** (54-56)
11.25 **Na Wspólnej** (1706, 1707) – obycz.
12.35 **39 i pół** (7) – kom.
13.35 **Druga szansa** (6)
14.35 **Detektywi** (1015)
15.10 **Grażyna Torbicka zaprasza** (2): Tomasz Wasilewski – mag.
15.45 **Szkoła filmowa** (4): Agata Kulesza – mag.
16.00 **Hop** – film familijny, USA 2011, reż. Tim Hill
18.00 **Historia Kopciuszka** – komedia romant., USA/Kanada 2004
FILM
20.00 **Wejście smoka** – film sens., USA/Hongkong 1973
FILM
22.10 **Wpadki filmowe**
22.45 **Okrucieństwo nie do przyjęcia** – czarna komedia, USA 2003
FILM
0.50 **Szkoła filmowa**

POLSAT FILM

6.15 **Stołeczna drogówka** (50-52) – dok.
7.45 **Nasz nowy dom**
8.45 **Przyjaciółki** (61)
9.45 **Czterej pancerni i pies**
11.40 **Koń wodny: Legenda głębin** – film fantasy, USA/Wielka Brytania 2007, wyk. Alex Etel
13.55 **Wyścig marzeń** – dramat biograficzny, USA 2005
16.10 **Tata kontra tata** – komedia, USA 2015
18.10 **Polowanie na „Czerwony Październik"** – film sens., USA 1990
FILM
21.00 **Sensacyjna środa: xXx: Reaktywacja** – film sens., Chiny/Kanada/USA 2017
FILM
23.15 **Sekstaśma** – komedia, USA 2014
FILM

ROMANCE TV

10.30 **Burza uczuć** (1892)
11.30 **Górski lekarz**
12.30 **Donna Leon: Dziewczyna z jego snów** – film krym., Niemcy 2011
14.15 **Rosamunde Pilcher: Niech to będzie miłość** – melodramat, Niemcy 2009
FILM
16.15 **Burza uczuć** (1892)
17.15 **Górscy ratownicy**
18.10 **Inga Lindström: Zakochana w szefie** – melodramat, Szwecja/Niemcy 2017
FILM
20.00 **Górski lekarz**
21.00 **Górscy ratownicy**
21.55 **Utta Danella: Kłamstwo ma krótkie nogi** – kom. romant., Niemcy 2015
FILM
23.50 **Burza uczuć** (1892)
0.50 **Górscy ratownicy**

KINO POLSKA

9.40 **Constans** – film psychologiczny, Pol. 1980
11.25 **Kilka opowieści o człowieku** – dok.
11.55 **TV okazje**
12.15 **Szczurołap** – film dok
12.45 **Ziemia obiecana** – dramat obyczajowy, Polska 1974
16.20 **Wesela nie będzie** – dramat obyczajowy, Polska 1978
FILM
18.00 **Kabaretowy rejs Deluxe** (18, 19) – rozr.
20.00 **Bejbi Blues** – dram. obycz., Polska 2012
FILM
22.10 **Zagubiony czas** – dramat wojenny, Niemcy 2011
FILM
0.35 **Kobieta, która pragnęła mężczyzny** – dramat obycz., Dania/Norwegia/Szwecja/Polska/Francja 2010

POLECANE DLA DZIECI ● TYLKO DLA DOROSŁYCH LIVE NA ŻYWO

TVP SERIALE

5.40 **Korona królów** (164)
6.10 **Na sygnale** (44, 45)
7.20 **Czterdziestolatek** (6)
8.20 **M jak Miłość** (1035)
9.20 **Na dobre i na złe** (740) – obycz., Polska
10.15 **Rodzinka.pl** (73, 74)
11.25 **Ranczo 4** (45, 46)
13.30 **Ojciec Mateusz 15** (188, 189) – krym.
15.20 **Na dobre i na złe** (277) – obycz., Polska Monika i Alicja jadą na wieś, w której nie ma prądu. Muszą pomóc choremu chłopcu.
16.15 **Na sygnale** (45) Ratownicy udzielają pomocy turyście, który zasłabł w domku letniskowym. Wiktor sądzi, że mężczyzna zatruł się grzybami.
16.45 **Ranczo 4** (47, 48) Do miasteczka przybywają gangsterzy. Wójt zamierza wykorzystać ich do osiągnięcia własnych celów.

TTV

6.45 **Express** – inf., Polska
7.00 **Ukryta prawda** (548)
8.00 **Usterka 11** (19)
8.45 **Express** – inf., Polska
9.05 **Patent na kasę** (25)
9.35 **Gogglebox. Przed telewizorem 10** (7)
10.45 **Express** – inf., Polska
11.05 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (508)
12.00 **Sąd rodzinny** (72)
13.00 **Idealna niania 7** (9)
13.45 **Damy i wieśniaczki. Ukraina 8** (17)
14.55 **Made in Maroko** (4)
15.45 **Express** – inf., Polska
16.05 **Uwaga!** – mag.
16.30 **Nauka jazdy 4** (11)
17.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 7** (2)
17.45 **Express** – inf., Polska
18.00 **Pogoda** – inf., Polska
18.05 **DeFacto 4 – fiesz** (6)
18.15 **Usterka 11** (20)
19.00 **Ukryta prawda** (427)
20.00 **Doradca smaku** (28)
20.05 **Patent na kasę** (1)
20.40 **Damy i wieśniaczki. PL 3** (4) – fab.-dok.

PULS 2

9.10 **Blaze i megamaszyny**
9.35 **Marta mówi** – anim.
10.00 **Monchhichi** – anim.
10.10 **Reksio** – anim.
10.25 **Przygody kota Filemona** – anim.
10.35 **Baranek Shaun**
10.55 **Molang** – anim.
11.15 **Przytul mnie**
11.30 **Zaczarowany ołówek**
11.45 **Bolek i Lolek**
11.55 **Listonosz Pat – Przesyłki specjalne**
12.20 **Kumple z dżungli – na ratunek!** – anim.
12.35 **Bob Budowniczy**
12.45 **Tomek i Przyjaciele**
13.00 **Alvinnn!!! i wiewiórki**
13.35 **Całkiem nowe przygody Toma i Jerry'ego**
14.35 **Dom: Przygody Oha i Tip** – anim.
15.00 **Ben 10 2** – anim.
15.35 **Krudowie: U zarania dziejów** – anim.
16.35 **Fineasz i Ferb**
17.35 **Pingwiny z Madagaskaru** – anim.
18.35 **Alvinnn!!! i wiewiórki**

TV6

6.00 **Top 10 – lista przebojów** – pr. muz.
7.00 **Strażnik Teksasu** (178) – serial sens.
8.00 **Medicopter** (37)
9.00 **Policjantki i Policjanci** (260) – obycz.
10.00 **Galileo** (182)
11.00 **VIP** (21) – sens.
12.00 **Miodowe lata** (83, 73) – kom.
13.40 **Sekrety sąsiadów** (17) – serial obycz.
14.15 **MacGyver** (58)
15.15 **Diagnoza: Morderstwo** (76) – krym.
16.15 **Drużyna A** (24) Siostry Cathy i Maryanne prowadzą niewielką fabrykę, którą chce nielegalnie przejąć właściciel browaru.
17.15 **Paulina** (69) – telen. Uboga Paulina spotyka bogatą Paolę, do której jest bardzo podobna. Kobieta szantażem wplątuje ją w niebezpieczną intrygę.

STOPKLATKA TV

6.00 **Złotopolscy** (299, 300)
7.00 **Plebania** (166-168)
8.30 **Klara i wszystko jasne** (10) – krym.
9.35 **Wojny przewoźników** 5 (8, 9)
10.25 **Ciężarówką po antypodach 5** (1) – dok.
11.25 **Wojny kontenerowe** (12) – serial dok.
11.50 **Allo, Allo** (26-28)
13.30 **Sekrety luksusowych hoteli 2** (2)
14.25 **Katastrofy w przestworzach** (132, 133)
16.20 **Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw 2** (14) – dok.
16.45 **Wojny kontenerowe** (1) – serial dok.
17.10 **Wygrać, przegrać albo polec** (2, 3)
18.00 **Komisarz Rex 4** (54)
19.00 **Przygody Merlina 2** (14) – serial fantasy Król Uther Pendragon zleca wykopaliska. Zostaje odkryty grobowiec czarnoksiężnika.

13 ULICA

6.00 **Napisała: Morderstwo 6** (8) – krym.
7.00 **Morderstwa w Midsomer 19** (4) – krym.
9.00 **Mentalista 4** (19, 20)
11.00 **Akta zbrodni** (98, 99, 1, 2) – paradok.
13.00 **Zabójcze umysły 3** (7, 9) – serial krym.
15.00 **Mentalista 4** (21, 22)
17.00 **Kobra – oddział specjalny 19** (15, 16) Ochroniarz Matthias tropi rosyjskich gangsterów. Ci włamują się do willi jego pracodawcy. Zostają spłoszeni przez policję.
19.00 **Zabójcze umysły 3** (10, 14) – krym. Twórca popularnych komiksów angażuje się w poszukiwanie seryjnego mordercy, który od pewnego czasu grasuje w Los Angeles.
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 15** (9) – serial krym.

18.50 **Bulionerzy** (70) – serial

Piotr zabiera sąsiadów na grzybobranie. Pomysł nie przypada do gustu teściom, którzy liczą na obfite zbiory. (Polska 2006, 35')

19.25 **Ojciec Mateusz 15** (190) – krym., Polska
20.20 **Komisarz Alex 12** (144) – krym., Polska W tajemniczych okolicznościach ginie biznesmen Rożyński. Górski i jego współpracownicy badają sprawę.
21.20 **Ranczo 4** (49, 50)
23.25 **Ojciec Mateusz 15** (191) – krym., Polska
0.10 **Na sygnale** (227, 228)
1.20 **Londyńczycy 2** (2, 3)

21.45 **Express** – rozrywkowy

Dziennikarze stacji: Małgorzata Prokopiuk, Jakub Porada, Patrycja Stockinger i Joanna Dunikowska-Paź (wszyscy na zdj.) pokazują, czym żyją Polska i świat. (Polska, 13')

21.58 **Pogoda** – inf., Polska
22.00 **Nauka jazdy 4** (9) Kamery śledzą drogę kursantów do uzyskania wymarzonego dokumentu. Będzie ona bardzo wyboista.
22.30 **Ostre cięcie 9** (9)
23.10 **Gogglebox. Przed telewizorem 10** (10)
0.10 **Vlogbox. W necie** (8)
1.00 **Handlarze 2** (4)
1.45 **Usterka 11** (20)

18.45 **Psi Patrol**

Humdinger chce zmienić pogodę w Mglistej Osadzie. Zabiera balon pogodowy Turbota. Tymczasem w trakcie gotowania wybucha kuchenka pana Portera. (Kanada/USA 2017, 30')

19.15 **Blaze i megamaszyny** Blaze i Zeg na Wyspie Zwierząt odkrywają ukryty świat maleńkich stworzeń.
19.40 **Alvinnn!!! i wiewiórki**
20.00 **Lombard. Życie pod zastaw 4** (179)
21.00 **Agenci NCIS 8** (5)
22.00 **Zabójcze umysły 5** (104, 105) – krym.
23.50 **Gwiazdy lombardu 10** (180-182)

18.15 **Miodowe lata** (43, 71)

Z okazji urodzin Tadka Karol kupuje wszystkim bilety do kina. Niebawem biorą one udział w konkursie. Norek wygrywa telewizor. (Polska 1998-2001, 105')

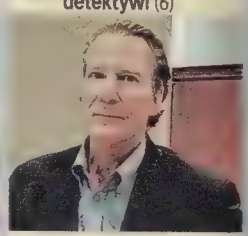
20.00 **Galileo** (183)
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (92, 93) Horatio i jego zespół badają sprawę napadu na zamożne klientki jednego z uzdrowisk.
23.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (10)
0.00 **Niezwyciężony** FILM – film sensacyjny, Rosja 2008, 145 min
2.25 **SuperLudzie Extra** (59) – mag., Polska

20.00 **Cop Land** FILM – kryminalny

Przybyły do miasteczka detektyw zamierza zdemaskować aferę korupcyjną. Szeryf Heflin (Sylvester Stallone, zdj.) nie chce działać przeciwko swoim kolegom. (USA 1997, 125')

22.05 **Air Force One** FILM – thriller, USA/Niemcy 1997, 155 min Dziennikarze, którzy mają przeprowadzić wywiad z prezydentem USA na pokładzie jego samolotu, okazują się terrorystami.
0.40 **Filary Ziemi** (8) – hist.
1.50 **Huśtawka** FILM – komediodramat, Polska 2010, 120 min

22.00 **Prawdziwi detektywi** (6)



Detektyw Tommy Ray otacza opieką zrozpaczoną wdowę oraz jej córkę. Pewne spotkanie uzmysławia mu, że niewłaściwie je ocenił. (Kanada 2016, 60')

23.00 **Mentalista 4** (21, 22) Agenci znajdują wrak auta, a w nim zwłoki. Po wizycie u ojca zabitego chłopaka Jane nabiera podejrzeń.
1.00 **Prawo i porządek: Sekcja specjalna 16** (15, 16) – krym., USA Ekipa rozpracowuje gang handlarzy żywym towarem. Matka jednej z ofiar przenika do środowiska bandytów.

TVP SPORT

5.30 **Sportowy wieczór**
6.05 **Tenis:** Turniej WTA w Stuttgarcie – mecz 1. rundy
9.25 **Piłka nożna:** Puchar Włoch – półfinał: SS Lazio – AC Milan
11.30 **Tenis:** Turniej LIVE WTA w Stuttgarcie – mecz 2. rundy
15.35 **Rad-wań-ska, mój mecz** – film dok.
16.30 **Legia TV** (4) – mag.
17.10 **Piłka nożna:** LOTTO LIVE Ekstraklasa – studio
17.55 **Piłka nożna:** LOTTO LIVE Ekstraklasa
20.20 **Piłka nożna:** LIVE Puchar Włoch
20.40 **Piłka nożna:** Puchar LIVE Włoch – rewanżowy mecz półfinałowy: AC Milan – SS Lazio
23.15 **Sportowy wieczór**

EUROSPORT 1

10.00 **Kolarstwo:** Tour of the Alps – 2. etap
11.00 **Snooker:** MŚ w Sheffield LIVE – 5. dzień
14.00 **Snooker:** MŚ w Sheffield – 5. dzień
14.30 **Kolarstwo:** Wyścig Walońska Strzała LIVE
17.00 **Snooker:** MŚ w Sheffield LIVE – 5. dzień
18.30 **Kolarstwo:** Wyścig Walońska Strzała
19.25 **Wiadomości Eurosportu**
19.30 **Piłka nożna:** Puchar Niemiec
20.30 **Piłka nożna:** Puchar LIVE Niemiec – półfinał: Werder Brema – FC Bayern Monachium
22.30 **Snooker:** MŚ w Sheffield LIVE – 5. dzień
23.00 **Snooker:** MŚ w Sheffield – 5. dzień

POLSAT SPORT

6.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Siatkówki Kobiet – mecz o 3. miejsce
8.30 **Siatkówka kobiet:** Liga Siatkówki Kobiet – mecz finałowy
11.00 **Tenis:** Turniej LIVE ATP w Barcelonie – mecz 2. rundy
17.30 **Siatkówka mężczyzn:** LIVE PlusLiga – mecz półfinałowy fazy play-off: ZAKSA Kędzierzyn-Koźle – Aluron Virtu Warta Zawiercie
20.30 **Siatkówka mężczyzn:** LIVE PlusLiga – mecz półfinałowy fazy play-off: ONICO Warszawa – Jastrzębski Węgiel
23.00 **Boks:** Walka o pas WBO World w Nowym Jorku: Terence Crawford – Amir Khan

POLSAT PLAY

7.00 **Dorwać tuńczyka** (9)
8.00 **1000 sposobów na**
9.00 **Pogromcy mitów** (51)
10.00 **Małanowski i partnerzy** (625-628)
12.00 **Sztuczki Carbonaro**
13.00 **Polska w monitoringu**
14.00 **Hardkorowy lombard**
15.00 **Hardcorowy lombard: Chicago** (7, 8)
16.00 **Top 20 – Umrzesz ze śmiechu** (19)
17.00 **Hardkorowy lombard**
18.00 **Autostrada przez piekło** (6)
19.00 **Poszukiwacze historii**
20.00 **Niezwykłe pociągi** (2)
21.00 **Polacy w świecie** (7)
21.30 **Górale** (24)
22.00 **Więzienie** (29)
22.30 **Śmierć na 1000 sposobów** (7, 8)
23.30 **Przykrywka** – film erot., Francja 2017

TVN TURBO

9.30 **Top Wings** (7)
10.00 **K2 – kierowców dwóch** (3) – pr. rozr.
10.30 **Zakup kontrolowany: Pierwszy samochód**
11.15 **Wszystko co naj...** (8)
11.45 **Co Ty wiesz o broni?**
12.15 **Auta Danny'ego** (7, 8)
13.15 **Zawodowi handlarze**
14.00 **Megatransporty** (2)
14.45 **Zakup kontrolowany**
15.45 **Samochód marzeń – kup i zrób** (4) – mag.
16.45 **Uwaga! Pirat!** (20)
17.30 **Absurdy drogowe** (8)
18.00 **Raport Turbo**
18.15 **Automaniak** (1) – rozr.
19.15 **Samochód marzeń – kup i zrób** (5) – mag.
20.15 **Pomoc drogowa 24h**
21.00 **Zakup kontrolowany**
22.00 **Raport Turbo**
22.15 **Wyburzacze** (9) – rozr.
23.00 **Whacked Out Sports**

POLO TV

6.00 **To hit!** – pr. muzyczny
6.05 **Pobudka z Polo TV!**
7.00 **To hit!** – pr. muzyczny
7.05 **Pobudka z Polo TV!**
8.00 **To hit!** – pr. muzyczny
8.05 **Najlepsze z najlepszych!** – pr. muzyczny
9.00 **To hit!** – pr. muzyczny
9.15 **Disco Studio**
11.15 **Dance w Polo TV**
12.00 **To hit!** – pr. muzyczny
12.05 **Dance w Polo TV**
13.00 **To hit!** – pr. muzyczny
13.05 **Tego słuchacie**
14.30 **I love disco** – pr. muz.
16.00 **Lista przebojów Polo TV** – pr. muz.
16.30 **Playlista gwiazd**
17.15 **Disco Studio**
19.15 **Dance w Polo TV**
20.00 **Koncert w Polo TV**
21.20 **Dance w Polo TV**
23.00 **Disco Polo Live**
23.50 **Disco noc w Polo TV!**

[illegible]

.15 **Agenci NCIS 8** (24)
.15 **MacGyver** (1)
.15 **Grimm 6** (5, 6)
.05 **Seal Team** (20, 21)
.00 **MacGyver** (2, 3)
.00 **Grimm 6** (7, 8)
.00 **Seal Team** (22) – serial akcji, USA 2017
.00 **Castle 8** (1) – krym.
.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami 2** (3, 4) – serial krym. Kobieta zostaje podstępem zwabiona do opuszczonego apartamentu i brutalnie pobita. Zmasakrowaną ofiarę znajduje Alexx. Horatio rozpoczyna dochodzenie.
.00 **Agenci NCIS 12** (20) Pojawiają się dowody wskazujące na to, że broń użyta w sprawie prowadzonej przez zespół, została kupiona na potrzeby kontrowersyjnego projektu ATF.

.00 **Zabójcze umysły 14** (4)

…enci BAU wkraczają …akcji, aby pomóc lokal…ym służbom zawęzić krąg …dejrzanych w sprawie …alnego zabójstwa …Tallahasee.
(USA 2018, 60')

.00 **Absentia 2** (4)
.00 **Blindspot: Mapa zbrodni 3** (15) Zespół musi zdecydować, czy zaufać więźniowi, który ostrzegł ich przed spiskiem. Zapata jest rozdarta pomiędzy FBI a CIA.
0.00 **Porwani** (1)
1.00 **The Good Doctor** (3, 4) – USA 2017
2.40 **Absentia 2** (4)

TVP ROZRYWKA

6.40 **Familiada** – telet.
7.15 **Okrasa łamie przepisy**
7.45 **Postaw na milion**
8.45 **Zakochaj się w Polsce** (51): Koszalin
9.15 **Koło fortuny** (461)
9.55 **Sanatorium miłości** (8) – reality show
10.50 **Muzeum Polskiej Piosenki** (126)
11.05 **Familiada** – telet.
11.40 **Rodzina wie lepiej** (19) – teleturniej
12.15 **Jak się zakochać?**
13.20 **Jak się rozstać?**
14.15 **The Wall. Wygraj marzenia** (2)
15.10 **Mariolka prawdę ci powie** – pr. rozr.
15.30 **9. Mazurska Noc Kabaretowa 2007 „Dwójki, pary, duety"** (1-3) – pr. rozr.
18.20 **Okrasa łamie przepisy**
18.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat:** Macho – cykl rep.

19.25 **Makłowicz w podróży**

Smakosz zwiedza południową Chorwację. W osadzie rybackiej Lovište uczy się dalmatyńskiej kuchni i degustuje sałatkę z langustami.
(Polska 2015, 30')

19.55 **Rodzina wie lepiej** (20) – teleturniej
20.30 **Postaw na milion**
21.30 **Latający Klub 2, czyli wieczór kabaretowy** (7) – pr. rozrywkowy
22.25 **Dwoje i ich boje** (8)
23.20 **Kabaretowe hity:** Kabaret Ani Mru-Mru
23.40 **Koło fortuny** (460)
0.25 **Sierocki na sobotę**
1.25 **Sopot 2001 na bis – Brathanki i ich goście**

ATM ROZRYWKA

6.00 **Disco Gramy** – muz.
7.00 **TV Okazje** – magazyn
7.30 **Awantura o kasę** (114, 115) – teleturniej
9.20 **Gra w ciemno** (227)
10.20 **Pierwsza miłość** (2865) – serial obycz.
11.05 **Ewa gotuje** (299, 300)
12.00 **Piękno** (2, 3) – rozr.
13.00 **Słoiki** (26)
14.00 **Małolaty** (59)
15.00 **Zawodowiec amator** (3, 4) – pr. rozrywk.
16.00 **Świat według Kiepskich** (471, 472)
17.00 **Detektoryści** (5, 6)
18.20 **Graczykowie, czyli Buła i spóła** (66)
19.00 **Słoiki** (26) Pielęgniarka Renata rozpoczyna pracę w warszawskim szpitalu. Kobietę zaczyna adorować ordynator. W zamian za seks proponuje pomoc jej chorej córeczce.
20.00 **Plebs** (1, 2) – kom.
21.00 **Peep Show** (48)

ROZRYWKOWY

21.30 **Zawodowiec amator** (2)

Prowadzący podejmuje coraz to nowe zawodowe wyzwanie. Ima się zajęć z pozoru łatwych, lecz niecieszących się uznaniem lub wymagających siły.
(Polska 2018, 30')

22.00 **Polskie dziary** (11)
22.30 **Świat według Kiepskich** (263, 264) Paździoch chce zainwestować oszczędności w fabrykę produkującą jedwab. Nawiązuje kontakty z biznesmenami z Dalekiego Wschodu.
23.30 **Słoiki** (26) – paradok.
0.30 **TV Okazje** – magazyn
1.00 **Słoiki** (10) – paradok.

TVN STYLE

5.10 **Wiem, co jem, i wiem, co kupuję** (7)
5.55 **Nowa Maja w ogrodzie** (8)
6.25 **Akademia ogrodnika** (8)
6.30 **Ugotowani** (61, 62)
7.40 **Sablewskiej sposób na modę** (10)
8.25 **Apetyt na miłość** (6)
9.25 **W czym do ślubu?** (7)
10.00 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (3)
10.45 **Perfekcyjna pani domu** (3)
11.50 **Kuchenne rewolucje** (2)
12.50 **Kto tu mieszka?** (7)
13.35 **Panny młode ponad miarę** (8)
14.40 **Śluby marzeń** (8)
15.40 **Kobieta na krańcu świata** (5)
16.15 **Misja ratunkowa** (3)
17.05 **Ostre cięcie** (7)
17.50 **Kuchenne rewolucje** (1)
18.55 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (6)

ROZRYWKOWY

19.40 **Afera fryzjera** (9)

Maciej Maniewski (zdj.) odkrywa, na czym polega główny problem zakładu fryzjerskiego w Legnicy.
(Polska 2018, 45')

20.25 **Miłość od kuchni** (7) Uczestnicy mają szansę poznać się w nietypowy sposób – oglądając swoje domy.
21.25 **Eks-tra zmiana** (4)
22.25 **Gwiazdy prywatnie** (2)
23.00 **Powrót doktora Szczyta** (8)
0.00 **Walka o lżejsze życie** (5)
1.05 **Rodzice pod ostrzałem** (5)

FOKUS TV

6.00 **Wehikuł czasu**
6.05 **Redakcja: Dział Śledczy** (29)
7.05 **Wehikuł czasu**
7.40 **Pod lupą** (2)
8.00 **Wędkarz na tropie** (9, 10)
8.55 **Supersamoloty bojowe** (3)
9.55 **Gwiazdy lombardu** (36, 37)
10.50 **Starożytni kosmici** (13)
11.50 **Nagie miasto** (3)
12.55 **Na lodowym szlaku** (14)
13.55 **Kryptonim szef** (4)
14.45 **Gwiazdy lombardu** (38, 39)
15.45 **Poszukiwacze złota z Alaski** (1)
16.40 **Supersamoloty bojowe** (1)
17.45 **Premiera: Fabryka jedzenia** (10)
18.25 **Wojny magazynowe** (17, 18)
19.05 **Premiera: Starożytni kosmici** (14)

REALITY SHOW

20.00 **Gwiazdy lombardu** (40, 41)

Harrisonowie wyceniają harleya-davidsona z 1951 r. Motocykl jest wykonany na zamówienie. Inny klient przynosi katarynkę z pierwszej dekady ubiegłego wieku.
(USA 2015-2016, 60')

21.00 **Poszukiwacze złota z Alaski** (2)
21.55 **Złomiarze** (3) Widzowie będą świadkami potężnej eksplozji w angielskim mieście. Zobaczą, czy wyburzanie budynku przebiegło zgodnie z planem.
23.00 **Remont na medal** (6)
23.55 **Misja skarb** (3)
0.55 **Pod lupą** (3)
2.00 **Lista Fokusa** (54, 55)

ID

6.00 **Mroczne sekrety małżeńskie** – dok.
6.25 **Spowiedź mordercy**
7.10 **Detektyw do zadań specjalnych** – dok.
8.00 **Oczami ofiary**
9.00 **Śmierć na pustkowiu** – dok.
10.00 **Główny podejrzany**
11.00 **Mój sąsiad morderca** – dok.
12.00 **Krwawa układanka**
13.00 **Zaginieni** – serial dok.
14.00 **Przerwana sielanka**
16.00 **Detektyw do zadań specjalnych** – dok.
17.00 **Oczami ofiary** – dok. Paige uchodzi za ułożoną kobietę. Nikt nie ma pojęcia, że skrywa ona pewien niepokojący sekret.
18.00 **Śmierć na pustkowiu** – dok. Diana i Jose padają ofiarami morderstwa. Wskazówką dla śledczych okazują się trzy litery na ścianie.

DOKUMENTALNY

19.00 **Główny podejrzany**

Spodziewająca się dziecka kobieta wbrew rozsądkowi wikła się w trójkąt miłosny. Bolesne rozczarowanie wzbudza wśród kochanków zbrodnicze instynkty.
(USA 2017-2018, 60')

20.00 **Mój sąsiad morderca** Mąż wideoblogerki zostaje zamordowany przez włamywacza. Śledczy szukają wyjaśnienia tej zbrodni na kanale małżonki ofiary.
21.00 **Koszmar bez końca**
22.00 **Żyjąc z potworem**
23.00 **Krwawe tajemnice**
0.00 **Zatrute serce**
1.00 **Zbrodnie i kary**
2.00 **Zło w genach** – dok.

TLC

6.25 **Wiza na miłość**
7.10 **Rodzinka 5+**
8.00 **Salon sukien ślubnych: Wielka Brytania**
9.00 **Historie wielkiej wagi**
11.00 **Klinika urody gwiazd**
12.00 **Mała piękność**
13.00 **Premiera: Zawody 24**
13.30 **Sprzątaczki**
14.15 **Idealna niania**
15.00 **Sześć razy córka**
16.00 **Historie wielkiej wagi**
18.00 **Randka z Gokiem**
19.00 **Salon sukien ślubnych: Wielka Brytania**
20.00 **Suknie ślubne dla puszystych** – pr. rozr.
20.30 **Panny młode ponad miarę**
21.30 **Domowe wizyty dr. Christiana**
22.30 **Dr Pryszczylla**
23.30 **Zabójcza miłość**

POLSAT CAFÉ

8.00 **Poprawki skalpelem**
9.00 **Małolaty**
10.00 **Szpital dziecięcy**
11.00 **Shopping Queen**
12.00 **Gwiazdy na dywaniku**
12.30 **Czerwony dywan Hollywood** – magazyn
13.00 **Przez żołądek do serca** – mag. kulinarny
13.30 **Słodki zawrót głowy**
14.00 **Królowe zakupów**
14.30 **Candice wie lepiej**
15.00 **Skrzywdzone**
16.00 **Demakijaż** – pr. rozr.
16.30 **Zoom na miasto**
17.00 **Nasz nowy dom**
18.00 **Sekrety rodziny**
19.00 **Z kamerą u Kardashianów**
20.00 **Oszukane**
21.00 **Shopping Queen**
22.00 **Gry małżeńskie**
23.00 **Zdrady**

HGTV

11.40 **Akademia ogrodnika**
11.45 **Zamieszkać na plaży 2**
12.15 **Domowe rewolucje 3**
13.15 **Raj za pół ceny** – rozr.
13.45 **Pierwszy remont**
14.15 **Walka o kuchnię 6**
14.45 **Zarobić na remoncie**
15.15 **Nowe życie na Karaibach 11** – rozr.
16.15 **Domy z potencjałem 4**
17.15 **Dorota was urządzi!**
18.00 **Zgłoś remont 4**
19.00 **Łowcy domów do remontu 6** – rozr.
20.00 **Tak powstaje eko kominek** – rozr.
20.30 **Odpicowane mieszkanie 4** – rozr.
21.00 **Wakacyjny dom za darmo** – pr. rozr.
22.00 **Hawajski remont**
23.00 **Na dobrych fundamentach 3**

DOMO+

14.05 **Wyzwanie – nowe mieszkanie 10** – mag.
14.35 **Gra o dom 2**
15.30 **Pokochaj lub sprzedaj – Wielka Brytania 3**
16.20 **Express domowy**
16.30 **Tomasz Pągowski: projekt LOKALny 2**
17.00 **Kupione i co dalej?**
17.30 **Ucieczka na wieś 15**
19.15 **Wielkie projekty: Australia 7**
20.10 **Cudotwórcy u siebie: Drew się żeni** – mag.
21.00 **Wyzwanie – nowe mieszkanie 10** – mag.
21.30 **Tomasz Pągowski: projekt LOKALny 2**
22.00 **Meblokreacje 4**
22.30 **Pogotowie remontowe Wieśka 2**
23.00 **Lifting wnętrz z Marią Semczyszyn**

NATIONAL GEOGRAPHIC

6.00 **Katastrofa w przestworzach**
7.00 **Tajemnice najtrudniejszych napraw**
8.00 **Najniebezpieczniejsze miejsca świata**
10.00 **Katastrofa w przestworzach**
12.00 **Wyprawa na dno: Alcatraz**
13.00 **Stawka warta tuńczyka**
14.00 **Odludna wyspa**
15.00 **Fabryki smaku**
16.30 **Anatomia głupoty 4**
18.00 **Pułapki umysłu**
19.00 **Fabryki smaku**
20.00 **Katastrofa w przestworzach**
21.00 **Niszczycielskie żywioły**
22.00 **Na granicy prawa**
23.00 **Odludna wyspa: Reprezentacja**

DISCOVERY CHANNEL

6.00 **Na bagnach Florydy**
6.25 **Fani czterech kółek**
7.10 **Najniebezpieczniejszy zawód świata**
8.00 **Jak to jest zrobione?**
9.00 **Alaska: Ostatni przystanek**
10.00 **Łowcy opali**
11.00 **Bimbrownicy**
12.00 **Ed Stafford poza cywilizacją**
13.00 **Nagi instynkt przetrwania**
14.00 **Ekstremalna Alaska**
15.00 **Złomowisko PL**
16.00 **Klan z Alaski**
17.00 **Gorączka złota**
18.00 **Odjazdowe bryki braci Collins 4** – mag.
19.00 **Złomowisko PL**
22.00 **Odjazdowe bryki braci Collins 4**
23.00 **Gorączka złota: rzeka skarbów**

POLECANE DLA DZIECI · TYLKO DLA DOROSŁYCH · LIVE NA ŻYWO

TVP 1

5.05 **Jeden z dziesięciu** – telet.
5.40 **Jaka to melodia?** – telet. muz.
6.15 **Wieczna miłość 2** (161) – telen.
7.05 **Elif** (472) – serial obycz., Turcja '14
8.00 **Wiadomości, pogoda**
8.15 **Kwadrans polityczny** – pr. publ.
8.40 **Blondynka 5** (65) – obyczajowy
9.40 **Komisarz Alex 9** (117) – kryminalny
10.35 **Ojciec Mateusz 6** (81) – kryminalny
11.30 **Korona królów** (211) – telen. hist.
12.00 **Wiadomości**
12.15 **Agrobiznes** – mag. rolniczy
12.30 **Agropogoda** – pr. informacyjny
12.35 **To się opłaca** – magazyn
12.50 **Chiński dziki zachód** – film dok.
14.00 **Elif** (473) – obycz., Turcja 2014
15.00 **Wiadomości, pogoda**
15.15 **Alarm!** – magazyn interwencyjny
15.35 **Reportaż**
16.05 **Wieczna miłość 2** (162) – telen.
17.00 **Teleexpress**
17.25 **Jaka to melodia?** – telet. muz.
18.00 **Klan** (3476) – telen., Pol. 2019
18.30 **Korona królów** (212) – telenowela historyczna, Polska 2018
18.55 **Jeden z dziesięciu** – telet.
19.25 **Sport**
19.30 **Wiadomości, pogoda**
20.10 **Alarm!** – magazyn interwencyjny

TVP 2

4.55 **Koło fortuny** (291) – teleturniej
5.35 **Na dobre i na złe** (741) – obycz.
6.35 **Operacja zdrowie!** (25) – magazyn
7.05 **Na sygnale** (47) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2014
7.30 **Ogrodowi** (8) – magazyn
7.45 **Przepis dnia** – mag. kulinarny
7.55 **Pytanie na śniadanie** – mag.
11.25 **rodzinka.pl** (160) – serial komediowy, Polska 2015
11.55 **Barwy szczęścia** (2050) – obycz.
12.30 **Koło fortuny** (292) – teleturniej
13.15 **Miłosne potyczki** (70) – serial obyczajowy, Turcja 2016
14.10 **Na dobre i na złe** (741) – obycz.
15.10 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział** (82) – serial obyczajowy, Niemcy/Austria 2007
16.00 **Koło fortuny** (488) – teleturniej
16.35 **Familiada** – teleturniej
17.10 **Więzień miłości** (46) – telenowela, Turcja 2016
18.00 **Panorama, pogoda**
18.30 **Sport telegram**
18.40 **rodzinka.pl** (54) – serial komediowy, Polska 2012
19.05 **Przepis dnia** – mag. kulinarny
19.10 **Muzeum Polskiej Piosenki** (92)
19.35 **Barwy szczęścia** (2050) – obycz.

POLSAT

4.55 **Disco Gramy** – program muzyczny
5.40 **Telezakupy TV Okazje** – magazyn
6.00 **Nowy dzień** – pr. informacyjny
9.00 **Malanowski i partnerzy** (721, 722)
10.00 **Dzień, który zmienił moje życie** (124) – serial paradok., Polska 2015
11.00 **Dlaczego ja?** (607) – paradok.
12.00 **Gliniarze** (168) – serial paradokumentalny, Polska 2017
13.00 **Trudne sprawy** (869) – paradok.
14.00 **Pierwsza miłość** (2871) – obycz.
14.45 **Dlaczego ja?** (915) – paradok.
15.50 **Wydarzenia, pogoda**
16.15 **Interwencja** – mag. reporterów
16.30 **Na ratunek 112** (338) – serial paradokumentalny, Polska 2019
17.00 **Gliniarze** (328) – serial paradokumentalny, Polska 2019
18.00 **Pierwsza miłość** (2872)
18.50 **Wydarzenia**
19.20 **Sport, pogoda**
19.30 **Świat według Kiepskich** (433)
20.05 **Nasz nowy dom** (139)
Bożena samotnie opiekuje się 19-letnim synem, Bartoszem, który jest poważnie opóźniony w rozwoju. Ich mieszkanie niedawno spłonęło doszczętnie, a przydzielony im lokal socjalny jest bardzo mały.

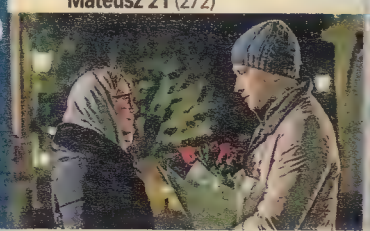
TVN

5.10 **Uwaga!** – mag. reporterów
5.35 **Mango** – telezakupy
6.50 **Kuchenne rewolucje** (2) – program rozrywkowy
7.50 **Doradca smaku** (30) – mag.
8.00 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
11.00 **Ukryta prawda** (1032) – paradok.
12.00 **Szpital** (921) – paradok., Polska
13.00 **Szkoła** (684) – serial paradokumentalny, Polska 2019
14.00 **19+** (385) – serial paradokumentalny, Polska 2019
14.30 **Kuchenne rewolucje** (7) – program rozrywkowy
15.30 **Szkoła** (685) – serial paradokumentalny, Polska 2019
16.30 **19+** (386) – serial paradokumentalny, Polska 2019
17.00 **Szpital** (922) – paradok., Polska
18.00 **Ukryta prawda** (1033) – paradok.
Rodzina 71-letniej Grażyny chce, żeby kobieta się do nich przeprowadziła. Tymczasem starsza pani wynajmuje pokój Wiktorowi. Bliscy próbują wyperswadować jej ten pomysł.
19.00 **Fakty**
19.35 **Sport, pogoda**
19.50 **Uwaga!** – mag. reporterów
20.10 **Doradca smaku** (31) – mag.

20

SERIAL KRYMINALNY

20.35 **Ojciec Mateusz 21** (272)

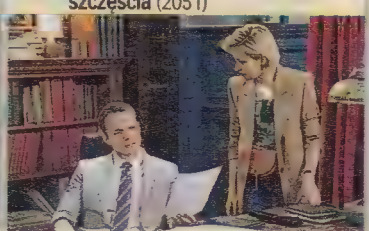


Andrzej Kosowski, ordynator chirurgii dziecięcej, zostaje oskarżony o molestowanie stażystek. Wkrótce pomówiony lekarz ginie. Sprawa ta poróżnia Ewę i Wojtka, bowiem życiowy partner aspirant Kobylickiej wierzy w uczciwość kolegi po fachu.
(Polska 2019, 55')

21.30 **Sprawa dla reportera** – magazyn Autorski program Elżbiety Jaworowicz. Dziennikarka rusza z pomocą potrzebującym. Wiele interwencji znajduje swój szczęśliwy finał.
22.20 **Magazyn śledczy Anity Gargas** (111) – magazyn
23.00 **Magazyn kryminalny 997**
23.50 **Ocaleni** – reality show
0.55 **Tanie dranie – Moroz i Kłopotowski komentują świat** – talk-show
1.40 **Bez tożsamości 2** (20) – serial kryminalny, Hiszpania 2016

SERIAL OBYCZAJOWY

20.10 **Barwy szczęścia** (2051)



Bożena chce zmusić Bruna, by jego kolega wyprowadził się z hotelu. Rafał grozi Stańskiemu, że wówczas wyjawi jego żonie, skąd się znają. Po ostatniej grze w pokera z Budrewiczem Regina dostaje kredyt.
(Polska 2019, 35')

20.45 **Dance Dance Dance** (8-ost.) – program rozrywkowy
23.20 **Big Music Quiz** (6) – teleturniej W muzycznej rywalizacji wezmą udział m.in. Bartosz Obuchowicz, Mateusz Ziółko, Artur Chamski, Ewa Kasprzyk, Iga Krefft, Anna Matysiak, Katarzyna Ankudowicz i Jerzy Nogal.
0.15 **Na sygnale** (229) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019
0.45 **Oświadczyny po irlandzku** FILM – komedia romantyczna, USA/Irlandia 2010, 105 min
2.30 **La La Poland 2** – pr. rozrywkowy

SERIAL OBYCZAJOWY

21.10 **Przyjaciółki** (155) – serial

Inga zdaje sobie sprawę, że Maks nie okaże jej zainteresowania, jakiego by chciała. Patrycja zastanawia się nad rozstaniem z Wiktorem. Chce, aby wykonał badania na ojcostwo. Zuza wyjawia Jaśkowi prawdę o swoim romansie. Randka Pawła i Anki przebiega pomyślnie – ku zaskoczeniu obojga. Strzelecka zaprasza go do domu.
(Polska 2019, 65')

22.15 **Ślad** (63) – krym., Polska 2019 Zespół analizuje sprawę pobitego mężczyzny, którego zamarznięte zwłoki znaleziono w porzuconym aucie. Ofiarą okazuje się elektryk Robert Kazimierski. Śledczy ustalają, że denat miał opinię bardzo dobrego fachowca, jednak niedawno wdał się w poważny konflikt.
23.30 **Szkoła uwodzenia 2** – komedio-dramat, USA 2000, 100 min

SERIAL OBYCZAJOWY

20.15 **Na Wspólnej** (2864) – telenowela

Kolenda daje Kamilowi drugą szansę. Jednocześnie szefowa stawia Hofferowi twardy warunek – musi iść na odwyk w ośrodku zamkniętym. Michał poznaje tajemnicę Ignasia. Chłopiec jest nieszczęśliwie zakochany. Brzozowski pyta Igi, jak syn może zaimponować koleżance. Rada jest trafiona.
(Polska 2019, 40')

20.55 **Milionerzy** (262) – teleturniej
21.30 **Kuchenne rewolucje** (9) – rozr.
22.35 **Last Minute** – komedia, FILM Polska 2013, 105 min
Owdowiały nauczyciel Tomek (Wojciech Mecwaldowski) wygrywa w radiu wycieczkę do Egiptu. Zabiera ze sobą matkę Krystynę oraz dwójkę dzieci: Dominikę i Bartka. Niestety od początku los im nie sprzyja.
0.20 **Para w remont 2** (1) – reality show
1.20 **Uwaga!** – mag. reporterów

TVP HD

6.15 **Przepis dnia** – mag.
6.25 **Klan** (3199) – telen.
6.55 **rodzinka.pl** (15, 16)
8.05 **Ojciec Mateusz 17** (218, 219) – krym.
9.55 **Ranczo 5** (65) – obycz.
10.55 **Złote serce** (16)
11.55 **Na sygnale** (59, 60)
12.55 **M jak Miłość** (1435)
13.55 **Na dobre i na złe** (477)
14.55 **Ranczo 10** (123, 124)
16.45 **Przepis dnia** – mag.
16.55 **Makłowicz w podróży**
18.05 **Ojciec Mateusz 9** (115)
18.55 **Ranczo 6** (66) – obycz.
19.55 **rodzinka.pl** (17, 18)
20.55 **Okrasa łamie przepisy**
21.35 **Rolnik szuka żony**
22.40 **O mnie się nie martw 10** (7) – kom.
23.40 **Na dobre i na złe** (739)
0.45 **Wyszłam za mąż, zaraz wracam** FILM – kom. romant., Francja 2012

TVP POLONIA

12.50 **Wilnoteka** – magazyn
13.10 **Barwy szczęścia** (1964) – obycz.
13.45 **M jak Miłość** (1429)
14.40 **Londyńczycy 2** (7)
15.30 **Pod Tatrami** – mag.
15.45 **Wiadomości**
15.55 **Korona królów** (194)
16.25 **Jak to działa?** (163)
16.55 **Nieziemscy** (7)
17.20 **Historia jednego obrazu** (28) – fel.
17.30 **Teleexpress**
17.55 **Koło pióra** – kult.
18.25 **Racja stanu** (151)
18.55 **Barwy szczęścia** (1964) – obycz.
19.25 **Wschód** – magazyn
19.45 **Dobranocka**
20.00 **Wiadomości, pogoda**
20.45 **Komisarz Alex 11** (138)
21.45 **Polonia 24** – mag.
22.05 **Rozmowa Polonii**
22.20 **Halo Polonia** – mag.

TVP HISTORIA

6.55 **Dziennik telewizyjny**
7.35 **Polonia Restituta** (2)
8.35 **Ewangelia i bunt**
9.50 **Po PRL-u** – publ.
10.20 **Sensacje XX wieku**
10.50 **Amerykańska broń** (7)
12.05 **PKF** – cykl dok.
12.20 **Czas honoru** (28)
13.20 **Plemienna szkoła przetrwania** (1) – dok.
14.20 **Złoto Jukonu** (3-ost.)
15.20 **Era kosmiczna: historia NASA** (3) – dok.
16.25 **Byli żołnierzami Jodły**
17.45 **Było, nie minęło...**
18.10 **Taśmy bezpieki**
18.40 **PKF** – cykl dok.
18.55 **Polonia Restituta** (3)
20.00 **Instynkt przetrwania** (5) – dok.
21.00 **Opowieść o Chinach** (5) – dok.
22.00 **Spór o historię**
22.40 **Szerokie tory**

TVP KULTURA

8.30 **Druciane oprawki** – krótkometrażowy
8.45 **Locus** – film anim.
9.00 **Pora umierać** – dram. obycz., Polska 2007
11.00 **Ród Gąsieniców** (3, 4)
13.20 **Studio Kultura – rozmowy** – mag.
13.40 **Taśmy kultury**
14.20 **Sto minut wakacji** FILM – film obyczajowy, Niemcy/Polska 1998
16.05 **Jutro idziemy do kina** FILM – dramat obyczajowy, Polska 2007
18.00 **Granatowy zeszyt**
19.20 **Pegaz** – mag.
20.00 **Informacje kulturalne**
20.20 **Czwartkowy klub filmowy**
20.25 **Polowanie na króliki** FILM – dram. obyczajowy, Australia 2002
22.10 **Koło pióra** – kult.

TVP ABC

12.20 **Miś Uszatek** – anim.
12.50 **Stacyjkowo** – anim.
13.00 **Pszczółka Maja**
13.15 **Pamiętnik Florki**
13.30 **Masza i Niedźwiedź**
13.35 **Krecik i panda**
13.55 **Zaczarowany świat** (6)
14.10 **To Timmy!** – anim.
14.25 **Dzień, w którym Heniś poznał...** – anim.
14.40 **Tabaluga** – anim.
15.10 **Nieziemscy** (10)
15.25 **Yakari** – anim.
15.40 **Domisie** – dla dzieci
16.10 **Nela Mała Reporterka** (20) – mag.
16.30 **Dinotrux** – anim.
17.00 **Rescue Bots 3** – anim.
17.25 **Robot Trains** – anim.
17.45 **Sara i Kaczorek**
18.05 **My Little Pony**
18.30 **Shimmer i Shine**
19.00 **Wieczorynka**
20.10 **Masza i Niedźwiedź**

TV TRWAM

14.00 **Po tej stronie lustra** FILM – dramat, USA 2015
15.50 **Ma się rozumieć**
16.00 **Informacje dnia**
16.10 **Z wędką nad wodę w Polskę i świat**
16.35 **Porady medyczne bonifratrów** – med.
17.05 **Dinozaury z Krasiejowa** – film dok.
17.30 **Okiem kamery**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone** – publ.
19.30 **Jezus. Królestwo bez granic** – anim.
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Głos Polski**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Przyroda i ludzie**

HIT DNIA DVB T2 STACJE DOSTĘPNE ZA DARMO W NAZIEMNEJ TELEWIZJI CYFROWEJ

TV4

7.05 **Przygody Kota w Butach** (36) – anim.
7.35 **Dragon Ball Super** (19)
8.00 **Nasz nowy dom** (2)
9.00 **Septagon** (65) – krym.
10.00 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 3** (21)
11.25 **Sekrety sąsiadów** (9)
11.55 **Galileo** (741)
13.00 **Detektywi w akcji** (166) – serial fab.-dok.
14.00 **STOP Drogówka**
15.00 **Policjantki i Policjanci** (532)
16.00 **Gliniarz i prokurator 4** (68)
17.00 **Joker** (68) – telet.
18.00 **Septagon** (49) – krym.
19.00 **Policjantki i Policjanci** (533)
20.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (292)
Górska i Kubis prowadzą śledztwo w sprawie śmierci mężczyzny. Wiele wskazuje na samobójstwo.

21.00 **Park jurajski 3**
FILM

Paul i Amanda Kirby namawiają Granta (Sam Neill, zdj.), by pojechał z nimi na wyspę dinozaurów. Mężczyzna nie wie, że para chce tam znaleźć zaginionego syna. W trakcie lotu dochodzi do katastrofy.
(USA 2001, 120')

23.00 **Śmierć na talerzu** (1, 2) – serial dok., Singapur 2008-2010
Wyprawa w świat szokujących zwyczajów kulinarnych. Twórcy serialu próbują odpowiedzieć na pytanie, dlaczego ludzie jedzą potrawy, które mogą być śmiertelnie trujące.

TVN 7

5.00 **Prawo Agaty** (11)
6.00 **Ukryta prawda** (548)
7.00 **Sąd rodzinny** (61)
7.55 **Szpital** (259)
8.50 **Big Brother** (28)
9.50 **Big Brother Pobudka** (29) – reality show
9.55 **Zakochani po uszy** (58) – telen., Polska
10.35 **Mango** – telezakupy
12.10 **19+** (79, 80) – paradok.
13.15 **Ukryta prawda** (323)
14.15 **Big Brother Popołudnie** (29)
14.20 **Sąd rodzinny** (62)
15.20 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (99)
16.20 **Szpital** (260)
17.20 **Big Brother Podwieczorek** (29)
17.25 **Prawo Agaty** (12)
18.25 **Ugotowani** (8)
Do stołu zasiądą zielonogórzanie: hodowca, adwokatka, filantropka i nauczyciel.
19.30 **Zakochani po uszy** (59)
20.00 **Big Brother** (29)

21.00 **Nieoczekiwana zmiana miejsc**
FILM

Dwaj bogacze przeprowadzają eksperyment. Złodziejowi (Eddie Murphy, zdj.) proponują posadę u siebie, a wzorowego pracownika (Dan Aykroyd, zdj.) umieszczają w zakładzie karnym.
(USA 1983, 145')

23.25 **Big Brother Nocą** (24) – reality show ●
23.55 **Nadchodzi Polly** – komedia romant., USA 2004, 120 min
FILM
Reubena (Ben Stiller) zostawia żona. Mężczyzna ma już dosyć związków. Jego nastawienie zmienia Polly (Jennifer Aniston).
1.55 **Moc magii**

TV PULS

6.00 **Słodka miłość** (28)
7.00 **Zbuntowany anioł** (206) – telen.
8.00 **Lombard. Życie pod zastaw 4** (189)
9.00 **Rodzinny interes** (37)
10.00 **Zaklinaczka duchów 3** (53)
11.00 **Kobra – oddział specjalny** (3, 4) – sens.
13.00 **Agenci NCIS: Los Angeles 6** (2, 3)
15.00 **Lombard. Życie pod zastaw 2** (64)
16.00 **Rodzinny interes** (37, 38) – serial obycz.
Do Eli przychodzi Małgośka, która zna zadziwiająco dużo szczegółów z jej życia.
18.00 **Lombard. Życie pod zastaw 4** (189)
Kacper ma złe stopnie z matematyki. Grozi mu niedopuszczenie do matury.
19.00 **Lombard. Życie pod zastaw 4** (190) – obycz., Polska

KOMEDIA

20.00 **Ślubne wojny** – romantyczna
FILM

Emma i Liv (Kate Hudson, zdj.) rezerwują na swoje wesela dwa terminy w wybranym hotelu. Uroczystości zostają omyłkowo wpisane na ten sam dzień.
(USA 2009, 110')

21.50 **Kabaretowe gogle i boks** (1, 2) – rozr.
Satyrycy z Kabaretu pod Wyrwigroszem wcielają się w różnych bohaterów. Oglądają w telewizji skecze i na bieżąco je komentują.
22.50 **American Pie: Wakacje** – komedia, USA 2005, 115 min
FILM
0.45 **Chłopcy pani Brown** (8, 1, 2) – kom.

POLSAT 2

6.00 **Disco gramy** – muz.
7.00 **Dzień, który zmienił moje życie** (119)
8.00 **Dlaczego ja?** (826)
9.05 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (36)
9.35 **Stołeczna drogówka** (28) – dok., Polska
10.00 **Na ratunek 112** (155)
10.30 **Sekrety rodziny** (47, 48) – paradok.
12.30 **Nasz nowy dom** (38)
13.30 **Ewa gotuje** (255)
14.00 **Świat według Kiepskich** (296-298)
15.30 **Trudne sprawy** (632)
16.30 **Nasz nowy dom** (39)
17.30 **Malanowski i partnerzy** (232-234)
19.00 **Gliniarze** (103)
W agencji towarzyskiej znalezione zostają zwłoki recepcjonistki. Natalia i Robert szukają również osoby, która ukradła wózek inwalidzki.
20.05 **Wydarzenia**

PARADOKUMENTALNY

20.45 **Trudne sprawy** (632)

Martyna i Stefan szukają niani dla swoich dwóch agresywnych synów. Za radą znajomej zatrudniają doświadczoną Urszulę. Kobieta szybko diagnozuje problem. Rodzice ją zwalniają.
(Polska 2016, 60')

21.45 **Dlaczego ja?** (709)
Ojciec Justyny zmarł niedawno na zawał serca. Dziewczyna boi się, gdyż dostrzega u matki symptomy choroby psychicznej.
22.50 **Świat według Kiepskich** (354, 355)
23.50 **To Twoja wina** (9)
0.50 **Gliniarze** (103)
1.50 **Interwencja** – mag.

TVP INFO

5.35 **Powitanie – Poranek: Serwis Info**
5.57 **Agropogoda** – pr. inf.
5.59 **Serwis Info**
6.29 **Wstaje dzień** – pr. inf.
6.30 **Serwis Info**
6.39 **Wstaje dzień** – pr. inf.
6.45 **Serwis Info**
6.50 **Wstaje dzień** – pr. inf.
7.00 **Serwis Info**
7.09 **Wstaje dzień** – pr. inf.
7.15 **Serwis Info**
7.20 **Wstaje dzień** – pr. inf.
7.30 **Serwis Info**
7.33 **Wstaje dzień** – pr. inf.
7.50 **Agrobiznes** – mag.
7.55 **Agropogoda** – pr. inf.
8.00 **Wiadomości**
8.10 **Minęła ósma** – publ.
9.00 **Serwis Info**
9.09 **Minęła dziewiąta**
10.00 **Serwis Info**
17.00 **Teleexpress**
17.15 **Teleexpress Extra**
17.32 **O co chodzi** – publ.
18.00 **Panorama**
18.20 **Panorama opinii**
18.32 **Serwis Info**
18.42 **Widziane z Polski**

INFORMACYJNY

19.00 **Serwis Info** – magazyn

Dziennikarze, m.in. Michał Cholewiński (zdj.), zdają relację z tego, co wydarzyło się minionego dnia w kraju i za granicą.
(Polska, 30')

19.30 **Wiadomości**
19.58 **Gość „Wiadomości"**
20.13 **Minęła dwudziesta**
21.00 **Nie da się ukryć**
21.28 **Flesz Info Wieczór**
21.40 **Studio LOTTO**
21.50 **W tyle wizji** – publ.
22.31 **W tyle wizji extra**
23.00 **INFO wieczór**
23.30 **W akcji** – cykl rep.
23.55 **Serwis Info**
0.20 **Wiadomości**
0.48 **Gość „Wiadomości"**
1.15 **Minęła dwudziesta**

TVP 3

12.20 **Szlakiem miejsc niezwykłych...**
12.30 **Program lokalny**
13.00 **Kryminalna siódemka** – magazyn
13.15 **Co niesie dzień**
13.35 **Agrobiznes** – mag.
13.50 **Agropogoda**
14.00 **Program lokalny**
15.05 **Wspaniałe stulecie: Sułtanka Kösem** (1)
16.00 **Telekurier** – mag. rep
16.30 **Kryminalna siódemka** – magazyn
16.45 **Dziennik regionów – tematy dnia**
17.00 **Astronarium** (50)
17.30 **Program lokalny**
20.00 **Z Andrusem po Galic**
20.30 **Rok w ogrodzie**
21.00 **Program lokalny**
21.35 **Twój wybór** – inf. kult
22.00 **Dziennik regionów**
22.20 **Echa dnia** – pr. publ.
22.45 **Kryminalna siódemka** – magazyn
23.00 **Alarm** – program interwencyjny
23.20 **Telekurier** – mag. rep

KOSTIUMOWY

23.45 **Wspaniałe stulecie: Sułtanka Kösem** (1)

Ahmed, syn Mehmeda III, rozpacza po śmierci brata. Na pocieszenie dostaje portret rudowłosej córki greckiego kupca, Anastazji. Wkrótce piękna dziewczyna zostaje uprowadzona.
(Turcja 2015, 55')

0.40 **Domek już z adresem** – reportaż
1.00 **Astronarium** (50) – magazyn
Droga Mleczna od tysięcy lat fascynuje ludzkość. Twórcy programu zdradzą, co do tej pory wiadomo o tej niezwykłej galaktyce.
1.40 **Wspaniałe stulecie: Sułtanka Kösem** (2)

TVS

14.35 **Prawdziwe życie**
15.05 **Serce z węgla** – dok.
15.40 **Top 100 wydarzeń XX wieku** – dok.
16.00 **Silesia flesz; Pogoda**
16.05 **Przegląd prasy** – inf.
16.15 **Propozycje do „Szlagierowej listy TVS"**
16.35 **Cafe Silesia** – rozr.
17.15 **Święta wojna**
17.45 **Silesia flesz; Pogoda**
17.55 **Kuchnia po śląsku**
18.25 **Prawdziwe życie**
19.00 **Serce z węgla** – dok.
19.35 **Top 100 wydarzeń XX wieku** – dok.
19.45 **U Bacy na cacy** – kult.
20.00 **Silesia flesz; Pogoda**
20.20 **Napisała: Morderstwo**
21.25 **Magnum**
22.25 **Silesia flesz; Pogoda**
22.40 **Policjanci z Miami**
23.50 **Cafe Silesia** – rozr.

SUPER POLSAT

7.00 **Na ratunek 112** (262, 136) – paradok.
8.00 **Pierwsza klasa** (12, 13)
9.00 **Nasz nowy dom**
10.00 **Chirurdzy** (245)
11.00 **Szpilki na Giewoncie 3**
12.00 **Przyjaciółki** (91)
13.00 **Małe wielkie marzenia**
13.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 4** (38, 39) – reality show
16.30 **Wyjdź za mnie**
17.30 **To nie koniec świata!**
18.30 **SuperPies** (20) – mag.
19.00 **Chirurdzy** (245)
20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku**
21.00 **Smętarz dla zwierzaków** – horror, USA 1989
FILM
23.05 **Irena, do domu!** – kom., Polska 1955
FILM

TVN FABUŁA

6.00 **Prosto w serce** (109, 110) – obycz.-kom.
7.10 **39 i pół** (7) – kom.
8.10 **Druga szansa** (6)
9.10 **Detektywi** (1015)
9.50 **BrzydUla** (57-59)
11.25 **Na Wspólnej** (1708, 1709) – obycz.
12.35 **39 i pół** (8) – kom.
13.35 **Druga szansa** (7)
14.35 **Detektywi** (1016)
15.10 **Numerek z Dorotą**
15.25 **Johnny English** – komedia sens., Wielka Brytania/Francja 2003
17.05 **Harry Potter i Zakon Feniksa** – film przyg., Wlk. Bryt./USA 200
FILM
20.00 **Złoto pustyni** – film wojenny, USA 1999
FILM
22.25 **Przystanek Hollywood**
23.00 **Królewna Śnieżka** – baśń film., USA 2012
FILM

POLSAT FILM

6.00 **Stołeczna drogówka** (52-54) – serial dok.
7.30 **Nasz nowy dom**
8.30 **Przyjaciółki** (62) – serial obyczajowy
9.30 **Król Maciuś I** – baśń film., Polska 1957
11.30 **Na fali** – film animowany, USA 2007
13.15 **Anna i król** – melodram., USA 1999
16.15 **Polowanie na „Czerwony Październik"** – film sens., USA 1990
19.05 **John Tucker musi odejść** – komedia romant., USA 2006
FILM
21.00 **Romantyczny czwartek: Sekstaśma** – komedia, USA 2014
FILM
23.00 **Salt** – thriller, USA 2010, wyk. Angelina Jolie, Liev Schreiber
FILM
1.00 **Przerwa techniczna**

ROMANCE TV

8.35 **Dom marzeń i inne katastrofy** – kom., Niemcy 2016
10.30 **Burza uczuć** (1893)
11.30 **Górski lekarz**
12.30 **Mąż z odzysku** – dramat obyczajowy, Niemcy 2015
14.20 **Utta Danella: Pocałunek na przebudzenie** – film obycz., Niemcy 2011
FILM
16.15 **Burza uczuć** (1893)
17.15 **Górscy ratownicy**
18.10 **Lato na Florydzie** – film obyczajowy, Niemcy/USA 2016
FILM
20.00 **Górski lekarz**
21.00 **Górscy ratownicy**
21.55 **Inga Lindström: Wszyscy kochają Elin** – melodramat, Szwecja/Niemcy 2016
FILM
23.50 **Burza uczuć** (1893)

KINO POLSKA

8.25 **Jak zostałem Rosjaninem** (15, 16) – kom.
9.40 **Aria dla atlety** – dramat obyczajowy, Polska 1979
11.45 **TV okazje**
12.05 **Papierowe małżeństwo** – kom. obyczajowa, Polska/Wielka Brytania 1991
13.50 **Blizna** – dramat społeczny, Pol. 1976
16.00 **Zaklęte rewiry** – dramat obycz., Pol./Czechosłowacja 1975
FILM
18.00 **Kabaretowy rejs Deluxe** (17, 16) – rozr.
20.00 **Huśtawka** – komedio dram., Polska 2010
FILM
22.00 **Mniejsze zło** – film obycz., Polska 2009
FILM
0.30 **Konfident** – dramat hist., Czechy/Polska/Słowacja 2012

● POLECANE DLA DZIECI ● TYLKO DLA DOROSŁYCH LIVE NA ŻYWO

TV SERIALE

5.40 Korona królów (165)
6.10 Na sygnale (45, 46)
7.20 Czterdziestolatek (7)
8.20 M jak Miłość (1036)
9.20 Stulecie Winnych (7)
10.15 Rodzinka.pl (74, 75)
11.20 Ranczo 4 (46, 47)
13.25 Ojciec Mateusz 15 (189, 190) – krym.
15.15 Na dobre i na złe (278) – obycz., Polska
16.15 Na sygnale (46)
16.45 Ranczo 4 (48, 49)
18.50 Bulionerzy (71)
Związek Jadzi i Leona przeżywa kryzys. Kobieta wprowadza się do Nowików. Piotr jest przerażany perspektywą mieszkania razem z teściową.
19.25 Ojciec Mateusz 15 (191) – krym., Polska
Jubiler Oskar Kurka oznajmia małżonce, że odchodzi do kochanki. Wkrótce zostaje obezwładniony, a jego salon okradziony.

TTV DVB T

5.20 O mały włos... (8)
5.55 Made in Maroko (4)
6.45 Express – inf., Polska
6.58 Pogoda – inf., Polska
7.00 Ukryta prawda (549)
8.00 Usterka 11 (20)
8.45 Express – inf., Polska
9.05 Patent na kasę (1)
9.35 Zamiana żon 2 (2)
10.45 Express – inf., Polska
11.05 Meksykańskie dynastie (3) – reality show
12.00 Sąd rodzinny (73)
13.00 idealna niania 7 (10)
13.45 Damy i wieśniaczki. Ukraina 8 (18)
14.55 Made in Maroko (5)
15.45 Express – inf., Polska
16.00 Pogoda – inf., Polska
16.05 Uwaga! – mag.
16.30 Nauka jazdy 4 (12)
17.00 Gogglebox. Przed telewizorem 7 (3)
17.45 Express – inf., Polska
18.00 Pogoda – inf., Polska
18.05 DeFacto 4 – flesz (7)
18.15 Vlogbox. W necie (8)
19.00 Ukryta prawda (428)
20.00 Doradca smaku (3)

PULS 2 DVB T

10.35 Baranek Shaun
10.55 Molang – anim.
11.15 Przytul mnie
11.30 Zaczarowany ołówek
11.45 Zabawy Bolka i Lolka
11.55 Listonosz Pat – Przesyłki specjalne
12.20 Kumple z dżungli – na ratunek! – anim.
12.35 Bob Budowniczy
12.45 Tomek i Przyjaciele
13.00 Alvinnn!!! i wiewiórki
13.35 Całkiem nowe przygody Toma i Jerry'ego
14.35 Dom: Przygody Oha i Tip – anim.
15.00 Ben 10 2 – anim.
15.35 Krudowie: U zarania dziejów – anim.
16.35 Fineasz i Ferb
17.35 Pingwiny z Madagaskaru – anim.
18.35 Alvinnn!!! i wiewiórki
18.45 Psi Patrol
19.15 Blaze i megamaszyny
19.40 Alvinnn!!! i wiewiórki
20.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (180)

TV6 DVB T

6.00 Top 10 – lista przebojów – pr. muz.
7.00 Strażnik Teksasu (179) – serial sens.
8.00 Medicopter (38)
9.00 Gwiazdy Kabaretu (9) – pr. rozrywkowy
10.00 Galileo (183)
11.00 VIP (22) – sens.
12.00 Miodowe lata (71, 43) – kom.
13.40 Sekrety sąsiadów (18) – obycz.
14.15 MacGyver (59)
15.15 Diagnoza: Morderstwo (77) – krym.
16.15 Drużyna A (25)
Bandyci dokonują napadu na opancerzoną furgonetkę, która ma przewozić fortunę.
17.15 Paulina (70) – telen.
18.15 Miodowe lata (42, 64) – kom.
Karol jest ostatnio poirytowany. Przełożony wysyła go na badania psychiatryczne.
20.00 Galileo (184)

STOPKLATKA TV DVB T

6.00 Złotopolscy (201, 202)
7.00 Plebania (169-171)
8.30 Klara i wszystko jasne (11) – krym.
9.35 Wojny przewoźników 5 (10, 11)
10.25 Ciężarówką po antypodach 5 (2) – dok.
11.25 Wojny kontenerowe (13) – serial dok.
11.50 Allo, Allo (29-31)
13.30 Sekrety luksusowych hoteli 2 (3)
14.25 Katastrofy w przestworzach (134, 135)
16.20 Lombard Chicago: Wszystko pod zastaw 2 (15) – dok.
16.45 Wojny kontenerowe (2) – serial dok.
17.10 Wygrać, przegrać albo polec (3, 4)
18.00 Komisarz Rex 4 (55)
19.00 Przygody Merlina 2 (15) – serial fantasy
Przebrany Artur chce wygrać zbliżający się turniej. Ktoś czyha na jego życie.

13 ULICA

6.00 Napisała: Morderstwo 6 (9) – krym.
7.00 Morderstwa w Midsomer 19 (5) – krym.
9.00 Mentalista 4 (21, 22)
11.00 Akta zbrodni (1-4)
13.00 Zabójcze umysły 3 (10, 14) – krym.
15.00 Mentalista 4 (23, 24)
W starej fabryce ekipa CBI znajduje zwłoki brokera. Ustala, że morderstwo popełniono ponad rok temu.
17.00 Kobra – oddział specjalny 17 (1, 2)
Ben i Semir ścigają terrorystę Janka Bogdana, który ukradł materiały wybuchowe. Przestępca okazuje się bardzo sprytny.
19.00 Zabójcze umysły 3 (15, 16) – krym.
Ekipa BAU prowadzi śledztwo w sprawie serii tajemniczych zgonów, do których doszło w Pittsburghu.

20

20.20 Komisarz Alex 12 (145)

Podczas wiecu wyborczego ginie obiecujący polityk, Paweł Wiktorowicz. Śmierć ponosi także snajper, który strzelał do ofiary, oraz jej ochroniarz. Rozpoczyna się trudne śledztwo.
(Polska 2018, 60')

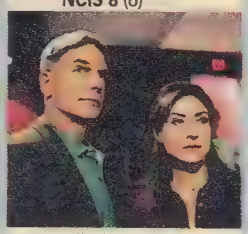
21.20 Ranczo 4 (50, 51)
W Wilkowyjach zjawia się ciotka wójta i księdza, która – przewidując swoją rychłą śmierć – postanawia pogodzić skonfliktowanych braci.
23.25 Ojciec Mateusz 15 (192) – krym., Polska
0.20 Echo serca (9)
1.20 Instynkt (13) – krym.

20.05 Patent na kasę (2)

Twórcy programu przedstawią sprawdzone metody zmniejszenia kosztów utrzymania. Pokażą, jak płacić niższe rachunki i ubrać się modnie małym kosztem.
(Polska 2019, 35')

20.40 Damy i wieśniaczki. PL 3 (5)
21.45 Express – inf., Polska
21.58 Pogoda – inf., Polska
22.00 DeFacto 10 (7)
22.30 Królowe życia 6 (9)
23.10 Królowe życia. Po godzinach (2)
23.25 Druga twarz 3 (6)
0.25 Patent na kasę (25, 1)
1.30 DeFacto 7 (1)
1.55 DeFacto. Lifestyle (8-ost.)

21.00 Agenci NCIS 8 (6)



Porucznik Thorson ginie potrącona przez autobus. Gibbs i jego ekipa prowadzą śledztwo. Początkowo sądzą, że jej śmierć była nieszczęśliwym wypadkiem.
(USA 2010-2011, 60')

22.00 Zabójcze umysły 5 (106, 107) – krym.
Zespół analityków ma pomóc w sprawie serii morderstw. Ciała ofiar znaleziono z podciętymi gardłami.
23.55 Spartakus: Wojna potępionych (6)
1.00 Gwiazdy lombardu 10 (183)
1.35 Niesamowite! (25, 1-3) – serial dok.

21.00 CSI: Cyber (15, 16) – serial

Przyjaciółka Raven zostaje oskarżona o zabójstwo mężczyzny, którego poznała przez aplikację randkową. Kobieta nie przyznaje się jednak do winy i twierdzi, że niczego nie pamięta.
(USA 2015, 115')

22.55 Gniew Caina FILM – film sensacyjny, USA 2010, 110 min
Do zakładu karnego, w którym przebywa odsiadujący dożywocie Cain, trafiają: jego syn Ricky oraz niedoszła ofiara chłopaka. Konflikt między mężczyznami narasta.
0.45 SuperLudzie Extra

20.00 Ajlawju FILM – obyczajowa

Adam (Cezary Pazura, zdj.) marzy o wielkiej miłości. Spotyka atrakcyjną nauczycielkę, z którą próbuje stworzyć stabilny związek.
(Polska 1999, 115')

21.55 Dziewczyny z przemytu FILM (2-ost.) – dram. krym., Kanada/USA 2005, 115 min
Nadia, Annie, Helena i Katerina trafiają do Nowego Jorku. Zmuszane są do prostytucji.
23.50 Być jak Kazimierz Deyna FILM – film obycz., Polska 2011, 120 min
1.50 Krótki film o zabijaniu – dramat obycz., Polska 1987, 100 min

21.00 Zaprzysiężeni 9 (15) – serial

Danny, będąc już po służbie, interweniuje w sprawie napadu. Po tej akcji długo nie może dojść do siebie. Tymczasem Frank poznaje mroczną przeszłość jednego z funkcjonariuszy.
(USA 2018, 60')

22.00 Hawaii 5.0 9 (17)
Grupa przestępcza napada na bank, kradnąc z niego dużą sumę pieniędzy. Ekipa policyjnych detektywów natychmiast wyrusza w pościg za bandytami.
23.00 Mentalista 4 (23, 24)
1.00 Prawo i porządek: Sekcja specjalna 16 (16, 17) – krym., USA

TVP SPORT DVB T

5.30 Sportowy wieczór
6.05 Tenis: WTA w Stuttgarcie – mecz 2. rundy
9.25 Piłka nożna: Puchar Włoch – półfinał: AC Milan – SS Lazio
11.30 Tenis: Turniej LIVE WTA w Stuttgarcie – mecz 2. rundy
17.35 Piłka nożna: LOTTO Ekstraklasa
19.45 Piłka nożna: LIVE Puchar Włoch
20.40 Piłka nożna: Puchar LIVE Włoch – mecz półfinałowy: Atalanta BC – ACF Fiorentina
23.00 Sportowy wieczór
23.45 Tenis: Turniej WTA w Stuttgarcie – mecz 2. rundy
1.25 Hokej: NHL
2.00 Hokej: NHL – mecz LIVE 2. rundy fazy play-off

EUROSPORT 1

9.30 Kolarstwo: Tour of Croatia – 2. etap
10.00 Kolarstwo: Tour of the Alps – 3. etap
11.00 Kolarstwo: Wyścig Walońska Strzała
12.00 Snooker: MŚ w Sheffield – 5. dzień
14.00 Snooker: MŚ w Sheffield – 6. dzień LIVE
17.00 Snooker: MŚ w Sheffield – 6. dzień
18.30 Kolarstwo: Tour of the Alps – 4. etap
19.25 Wiadomości Eurosportu
19.30 Snooker: MŚ w Sheffield – 6. dzień LIVE
23.00 Snooker: MŚ w Sheffield – 6. dzień
23.25 Wiadomości Eurosportu
23.30 Kolarstwo: Tour of the Alps – 4. etap

POLSAT SPORT

6.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – mecz półfinałowy: ZAKSA Kędzierzyn-Koźle – Aluron Virtu Warta Zawiercie
8.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga – półfinał: ONICO Warszawa – Jastrzębski Węgiel
11.00 Tenis: Turniej LIVE ATP w Barcelonie – mecz 3. rundy
17.30 Siatkówka mężczyzn: LIVE PlusLiga – mecz o 5. miejsce: Cerrad Czarni Radom – PGE Skra Bełchatów
20.00 7. strefa
21.30 Sporty walki: KSW 47: The X-Warriors: Phil De Fries – Tomasz Narkun; Mariusz Pudzianowski – Szymon Kołecki
2.00 Boks

POLSAT PLAY

6.00 Taaaka ryba (14, 15)
7.00 Dorwać tuńczyka (10)
8.00 Gliny (15, 16)
9.00 Pogromcy mitów (52)
10.00 Malanowski i partnerzy (629-632)
12.00 Łowca aut na zamówienie (3, 4) – pr. rozr.
13.00 Polska w monitoringu
14.00 Hardkorowy lombard
15.00 Dorwać fachowca (25)
16.00 Top 20 – Umrzesz ze śmiechu (20)
17.00 Hardkorowy lombard
18.00 Niezwykłe pociągi (2)
19.00 Poszukiwacze historii
20.00 Cuda współczesnej techniki
21.00 Drwale i inne opowieści Bieszczadu
22.00 Górale (25)
22.30 Hardkorowy lombard
23.30 Ludzie śmieszni do bólu (51, 52)

TVN TURBO

9.45 Auta Danny'ego (7, 8)
10.45 Co Ty wiesz o broni?
11.15 Wpadki filmowe (9)
11.45 Debeściaki (5) – rozr.
12.30 Garaż marzeń (1)
13.15 Zawodowi handlarze
14.00 Pomoc drogowa 24h
14.45 Zakup kontrolowany
15.45 Samochód marzeń – kup i zrób (5) – mag.
16.45 Uwaga! Pirat! (21)
17.30 101 napraw (2)
18.00 Raport Turbo
18.15 Klimek kontra Duda
19.00 Wojny samochodowe
19.45 Nowy Gadżet (8, 3) – magazyn
20.45 101 napraw (9)
21.15 Służba więzienna (8)
22.00 Raport Turbo
22.15 Megatransporty (3)
23.00 Polskie pościgi policyjne (3) – pr. rozr.
23.30 Absurdy drogowe (8)

POLO TV DVB T

6.00 To hit! – pr. muzyczny
6.05 Pobudka z Polo TV!
7.00 To hit! – pr. muzyczny
7.05 Pobudka z Polo TV!
8.00 To hit! – pr. muzyczny
8.05 Najlepsze z najlepszych! – pr. muzyczny
9.00 To hit! – pr. muzyczny
9.15 Disco Studio
11.15 Dance w Polo TV
12.00 To hit! – pr. muzyczny
12.05 Disco Mix w Polo TV
13.00 To hit! – pr. muzyczny
13.05 Tego słuchacie
14.30 Norbert na weekend
16.00 Lista przebojów Polo TV – pr. muz.
16.30 Playlista gwiazd
17.15 Disco Studio
19.15 Dance w Polo TV
20.00 Disco Star 7 (7) – rozr.
21.20 Imprezuj z nami
23.00 Video Mix – pr. muz.
23.50 Disco noc w Polo TV!

RMF

AXN

…30 **MacGyver** (2, 3)
…20 **Grimm 6** (7, 8)
…10 **Seal Team** (22)
…10 **Castle 8** (1) – serial kryminalny, USA 2015
…10 **MacGyver** (4, 5)
…00 **Grimm 6** (9, 10) – serial fantasy, USA 2017 Nick, Hank i Wu prowadzą poszukiwania w pobliskim lesie. Ich celem jest przypominający drzewo Wesen.
…00 **Castle 8** (2, 3)
…00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami 2** (5, 6) – serial krym. Giną dwaj właściciele modnych klubów. Śledztwo ujawnia zatargi między właścicielami lokali.
20.00 **Agenci NCIS 12** (21) Gibbs i Bishop udają się do Afganistanu. Okazuje się, że ich śledztwo ma związek z uprowadzeniem żołnierza.

21.00 **Agenci NCIS: Nowy Orlean 5** (17)

…de wraca do Nowego Orleanu i od razu rzuca się w wir pracy. Niebawem angażuje się w śledztwo dotyczące zaginionego oficera marynarki wojennej. (USA 2018, 60')

22.00 **Agenci NCIS: Los Angeles 10** (10) Dochodzi do napadu na bank. Zostaje skradziona zawartość skrytki bankowej. Ludzie Callena i Hanny szukają brakujących rzeczy.
23.00 **Agenci NCIS 12** (6)
0.00 **Porwani** (2)
1.00 **The Good Doctor** (4)
2.00 **Blindspot: Mapa zbrodni 3** (15)

TVP ROZRYWKA

6.35 **Familiada**
7.10 **Okrasa łamie przepisy**
7.40 **Postaw na milion**
8.40 **Prywatne życie zwierząt 2** (6)
9.10 **Koło fortuny** (462)
9.45 **Dwoje i ich boje** (7)
10.50 **Muzeum Polskiej Piosenki** (26)
11.05 **Familiada**
11.40 **Rodzina wie lepiej** (20) – teleturniej
12.10 **Kabaret Ani Mru-Mru**
13.15 **Humor Jacka Fedorowicza**
14.20 **The Wall. Wygraj marzenia** (3)
15.15 **SuperPaKA, czyli Kabareton 30-lecia** (1, 3, 2) – pr. rozrywk.
18.20 **Okrasa łamie przepisy**
18.50 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
19.20 **Makłowicz w podróży**
19.55 **Rodzina wie lepiej** (21) – teleturniej

TELETURNIEJ

20.30 **Big Music Quiz** (15)

W pełnej humoru muzycznej rywalizacji mierzą się między innymi: Ewa Serafin i Dorota Chotecka (obie na zdj.). (Polska 2018, 65')

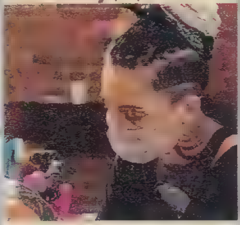
21.35 **Latający Klub 2, czyli wieczór kabaretowy** (4) – pr. rozrywkowy W lotniczej biznes klasie premierowe skecze prezentują Artur Andrus i Grupa MoCarta.
22.25 **Kabaret za kulisami**
23.30 **Dzięki Bogu już weekend** – pr. rozr.
0.30 **Koło fortuny** (461)
1.10 **14. Mazurska Noc Kabaretowa – Mrągowo 2012** (1-3)

ATM ROZRYWKA

6.00 **Disco Gramy** – muz.
7.00 **TV Okazje** – magazyn
7.30 **Awantura o kasę** (116, 117) – teleturniej
9.20 **Gra w ciemno** (228)
10.20 **Pierwsza miłość** (2866) – serial obycz.
11.05 **Ewa gotuje** (301, 302)
12.00 **Polskie dziary** (3, 4)
13.00 **Słoiki** (27)
14.00 **Małolaty** (60)
15.00 **Na rybę** (15, 16)
16.00 **Świat według Kiepskich** (473, 474)
17.00 **Detektoryści** (6, 1)
18.20 **Graczykowie, czyli Buła i spóła** (67)
19.00 **Słoiki** (27) Hania pracuje w korporacji. Kolejny klient, którym ma się zająć, okazuje się jej sponsorem z czasów studiów. Kobieta nie chce, by sprawa się wydała.
20.00 **Plebs** (2, 3) – kom.
21.00 **Peep Show** (49)
21.30 **Zawodowiec amator** (3) – pr. rozrywkowy

ROZRYWKOWY

22.00 **Polskie dziary** (12)



Tatuaże stają się w Polsce coraz bardziej popularne. W programie przedstawione zostaną historie osób, które marzą o wyjątkowych obrazkach na ciele. (Polska 2018, 30')

22.30 **Świat według Kiepskich** (265, 266) Mariola chce zorganizować imprezę. Żąda, by Halina i Ferdek opuścili mieszkanie na całą noc.
23.30 **Słoiki** (27, 11) Daria traci posadę w biurze podróży z powodu intryg syna swojej szefowej. Postanawia się zemścić.

TVN STYLE

5.10 **Wiem, co jem, i wiem, co kupuję** (8)
5.55 **Wiem, co kupuję** (4)
6.30 **Ugotowani** (63, 64)
7.40 **Sablewskiej sposób na modę** (11)
8.25 **Apetyt na miłość** (7)
9.25 **W czym do ślubu?** (8)
10.00 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (4)
10.45 **Perfekcyjna pani domu** (4)
11.45 **Kuchenne rewolucje** (1)
12.45 **Sexy kuchnia Magdy Gessler** (1)
13.20 **Sztuka mięsa** (4)
13.50 **Patenciary** (8)
14.25 **Pogromcy medycznych mitów** (1)
15.25 **Miłość od kuchni** (7)
16.25 **Wiem, co jem, i wiem, co kupuję** (6)
17.10 **Co nas truje** (6)
17.55 **Kuchenne rewolucje** (2)
18.55 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (7)
19.40 **Ugotowani** (1, 2)

ROZRYWKOWY

20.50 **W czym do ślubu?** (2)

Chociaż mieszkająca w stolicy 25-letnia Monika dzieli ze swoim narzeczonym wiele zainteresowań, w wyborze sukni pomaga jej przede wszystkim brat. (Polska 2018, 30')

21.20 **Panny młode ponad miarę** (8)
22.25 **Pani gadżet** (7)
23.00 **Sablewska od stylu. Na okazje** (8)
23.45 **Gwiazdy prywatnie** (2)
0.15 **Pogromcy medycznych mitów** (1)
1.15 **Subiektywny ranking naj...** (5)
1.45 **Wiem, co jem** (11, 12, 8) – Pol. 2014

FOKUS TV

6.00 **Wehikuł czasu**
6.05 **Redakcja: Dział Śledczy** (32)
7.05 **Wehikuł czasu**
7.40 **Pod lupą** (3)
8.00 **Wędkarz na tropie** (11, 12)
8.55 **Supersamoloty bojowe** (1)
9.55 **Gwiazdy lombardu**
10.50 **Starożytni kosmici** (14)
11.50 **Nagie miasto** (4)
12.55 **Na lodowym szlaku** (15)
13.55 **Kryptonim szef** (5)
14.45 **Gwiazdy lombardu** (40, 41)
15.45 **Poszukiwacze złota z Alaski** (2)
16.40 **Supersamoloty bojowe** (2) – USA 2016
17.45 **Fabryka jedzenia** (11)
18.25 **Wojny magazynowe** (19, 20)
19.05 **Premiera: Starożytni kosmici** (15)
20.00 **Gwiazdy lombardu** (42, 43)

DOKUMENTALNY

21.00 **OSP. Na ratunek!** (6)

Kulisy pracy strażaków ochotników, którzy ryzykują życie i zdrowie, ratując ludzi i ich dobytek. W kolejnych odcinkach są prezentowane akcje ratunkowe. (Polska 2019, 60')

22.00 **Porażki inżynierów** (3)
22.50 **Cała prawda o alkoholu**
0.05 **Misja skarb** (4) Prospektor, Killer i Mario ustalają miejsce pochówku Hieronima Ossolińskiego. Badają trzy krypty w kościele w Goźlicach.
1.05 **Pod lupą** (4)
2.00 **Lista Fokusa** (56, 57)

ID

6.00 **Mroczne sekrety małżeńskie** – dok.
6.25 **Spowiedź mordercy**
7.10 **Detektyw do zadań specjalnych** – dok.
8.00 **Oczami ofiary** – dok.
9.00 **Śmierć na pustkowiu**
10.00 **Główny podejrzany**
11.00 **Mój sąsiad morderca** – dokum.
12.00 **Krwawa układanka**
13.00 **Zaginieni** – serial dok.
14.00 **Wyrok do podważenia** – dok.
16.00 **Detektyw do zadań specjalnych** – dok.
17.00 **Ślub ze zbrodnią** Zakochani Amber i Trenton postanawiają się pobrać. Przed ceremonią dochodzi do tragicznych wydarzeń.
18.00 **Śmierć na pustkowiu** – dokum. Angela i Ashley zaginęli bez śladu. Kluczem do rozwiązania tej zagadki okazuje się pamiętnik.

DOKUMENTALNY

19.00 **Zabójczy romans Pameli Smart**

Mąż Pameli Smart zaginął bez wieści. Śledczy interesują się grupą nastolatków, którzy mają dziwne powiązania z żoną ofiary. (USA 2018, 60')

20.00 **Mój sąsiad morderca** Policja przesłuchuje synów zabitej kobiety. Ich zeznania różnią się od siebie w kilku szczegółach.
21.00 **Premiera: Połączeni zbrodnią** – serial dok.
22.00 **Premiera: Pamięć do zbrodni** (2)
23.00 **Koszmar bez końca**
0.00 **Żyjąc z potworem**
1.00 **Zbrodnie i kary**
2.00 **Zło w genach** – dok.

TLC

6.25 **Wiza na miłość**
7.10 **Rodzinka 5+**
…00 **Salon sukien ślubnych: Wielka Brytania**
9.00 **Historie wielkiej wagi – dalsze losy**
11.00 **Cofnij czas** – pr. rozr.
12.00 **Mała piękność**
13.00 **Premiera: Zawody 24**
13.30 **Sprzątaczki**
14.15 **Idealna niania**
15.00 **Sześć razy córka**
16.00 **Historie wielkiej wagi**
18.00 **Cofnij czas** – pr. rozr.
19.00 **Salon sukien ślubnych: Wielka Brytania**
20.00 **Suknie ślubne dla puszystych** – pr. rozr.
20.30 **Klinika marzeń**
21.30 **Niezwykłe przypadki medyczne**
22.30 **Operacje w Tajlandii**
23.30 **Dr Pryszczylla**
0.30 **Zabójcza miłość**

POLSAT CAFE

7.00 **Ślubna gorączka**
8.00 **Poprawki skalpelem. Za kulisami**
8.30 **Świat bez fikcji**
9.00 **Małolaty**
10.00 **Szpital dziecięcy**
11.00 **Shopping Queen**
12.00 **Gwiazdy na dywaniku**
12.30 **SuperPies** – magazyn
13.00 **Zdrowie na widelcu**
13.30 **Bake Off Junior**
14.00 **Słodki zawrót głowy**
14.30 **Przyjęcie na życzenie**
15.00 **Skrzywdzone**
16.00 **Jak matka z córką**
17.00 **Nasz nowy dom**
18.00 **Sekrety rodziny**
19.00 **Z kamerą u Kardashianów**
20.00 **Oszukane**
21.00 **Randka z nieznajomym** – reality show
22.00 **Gry małżeńskie**
23.00 **Zdrady**

HGTV

14.05 **Walka o remont 13**
14.35 **Zarobić na remoncie**
15.05 **Nowe życie w Meksyku 2**
16.05 **Domy z potencjałem 5**
17.05 **Dorota was urządzi!**
17.50 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
18.20 **Akademia ogrodnika**
18.25 **Nowa Maja w ogrodzie**
18.55 **Akademia ogrodnika**
19.00 **Łowcy domów do remontu 6** – pr. rozr.
20.00 **Pierwszy remont 7**
20.55 **Nowy dom, nowe miejsce 2**
22.00 **House Hunters – Poszukiwacze domów 5**
22.30 **Łowcy domów do remontu 14** – pr. rozr.
23.30 **Poszukiwacze domów 128** – pr. rozr.

DOMO+

12.30 **Daleko od miasta 4**
13.00 **Telesprzedaż**
14.00 **Meblokreacje 4**
14.25 **Jak tanio zbudować dom 3**
15.30 **Lifting wnętrz z Marią Semczyszyn**
16.00 **Tomasz Pągowski: projekt LOKALny 2**
16.30 **Daleko od miasta 5**
17.00 **Wyzwanie – nowe mieszkanie 10** – mag.
17.30 **Ucieczka na wieś 15**
19.15 **Wielkie projekty: Australia 7**
20.10 **Cudotwórcy u siebie: Drew się żeni** – mag.
21.00 **Rośliny Karoliny 3**
21.30 **Gardeners' World 9**
22.40 **Wielkie marzenia w małych przestrzeniach 3**
23.40 **Pogotowie remontowe Wieśka 2**

NATIONAL GEOGRAPHIC

7.00 **Tajemnice najtrudniejszych napraw**
8.00 **Najniebezpieczniejsze miejsca świata**
10.00 **Katastrofa w przestworzach**
12.00 **Wyprawa na dno: Miasto piratów**
13.00 **Wielka egipska wyprawa**: Ziemia niczyja
14.00 **Odludna wyspa**
15.00 **Fabryki smaku**
16.30 **Anatomia głupoty 4**
18.00 **Pułapki umysłu**
19.00 **Fabryki smaku**
20.00 **Katastrofa w przestworzach**
21.00 **Najniebezpieczniejsze miejsca świata**
22.00 **Premiera: Maszyny wagi ciężkiej**
23.00 **Premiera: Wyprawa na dno: Mroczne głębiny**

DISCOVERY CHANNEL

6.00 **Na bagnach Florydy**
6.25 **Fani czterech kółek**
7.10 **Najniebezpieczniejszy zawód świata**
8.00 **Jak to jest zrobione?**
9.00 **Alaska: Ostatni przystanek**
10.00 **Łowcy opali**
11.00 **Bimbrownicy**
12.00 **Pojedynki Eda Stafforda**: Borneo
13.00 **Nagi instynkt przetrwania**
14.00 **Ekstremalna Alaska**
15.00 **Złomowisko PL**
16.00 **Klan z Alaski**
17.00 **Gorączka złota**
18.00 **Przystanek Bieszczady**
19.00 **Złomowisko PL**
21.00 **Lotnisko**
22.00 **Handel USA**
23.00 **Łowcy opali**
0.00 **Fani czterech kółek**

POLECANE DLA DZIECI · TYLKO DLA DOROSŁYCH · LIVE NA ŻYWO

Droga do Zmar

Poznaj swojego patrona

Św. Ekspedyt (19 IV)

Patron żeglarzy, handlowców, studentów i egzaminatorów. Wzywany w trudnych momentach, np. podczas procesów.

Św. Agnieszka z Montepulciano (20 IV)

Urodzona w 1268 r. Założyła żeński klasztor, który przyłączyła do rodziny dominikańskiej.

Św. Anzelm z Canterbury (21 IV)

Doktor Kościoła, ojciec scholastyki, autor wielu dzieł teologicznych i filozoficznych.

Św. Agapit I (22 IV)

57. papież. Wsławił się tym, że wprowadził przepis obierania Głowy Kościoła, zamiast dotychczasowej praktyki nominowania go przez poprzednika.

Św. Wojciech (23 IV)

Główny patron Polski, także patron Czech i Węgier. Biskup i męczennik, który przybył na nasze ziemie, by krzewić wiarę chrześcijańską. Na cześć świętego wykonano drzwi w Katedrze Gnieźnieńskiej, gdzie w 18 płaskorzeźbach przedstawiono sceny z jego życia.

Św. Jerzy (24 IV)

Patron rycerzy, żołnierzy, a także rolników, skautów i harcerzy. Jest orędownikiem podczas epidemii, zwłaszcza trądu, oraz w chorobach skóry.

Św. Marek Ewangelista (25 IV)

Patron m.in. pisarzy, notariuszy oraz murarzy. Wzywany podczas wiosennych siewów.

Fot. East News (8), 123 RF.

Ono jest sensem i sednem chrześcijańskiej wiary. Św. Paweł w Liście do Koryntian pisze: „A jeśli Chrystus nie zmartwychwstał, daremne jest nasze nauczanie, próżna jest także wasza wiara" (1 Kor 15,14). Nie da się jednak patrzeć na Niedzielę Zmartwychwstania w oderwaniu od tego, co ją poprzedzało – lęku w Ogrodzie Oliwnym, pojmania, więzienia, a wreszcie śmierci na krzyżu. O tym przypomina nam liturgia Wielkiego Tygodnia.

Król umęczony

Wielki Tydzień rozpoczyna Niedziela Palmowa, której liturgia z jednej strony obrazuje radość z uroczystego wjazdu Jezusa, witanego jak króla. Z drugiej zaś – moment jego największego uniżenia podczas męki, odczytywanej uroczyście, z podziałem na role, podczas liturgii słowa. By pojąć Zmartwychwstanie, trzeba bowiem najpierw zrozumieć krzyż.

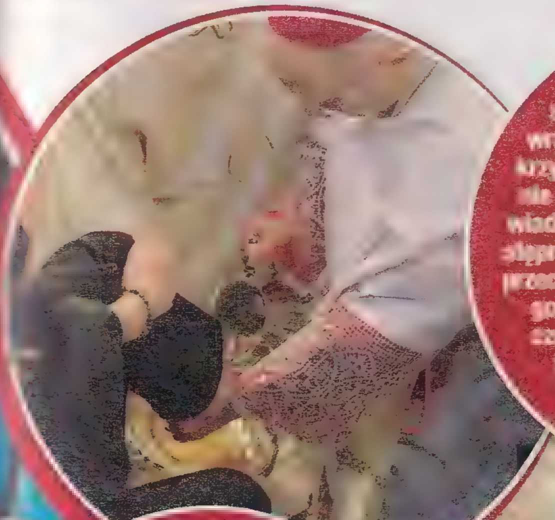
W Wielki Czwartek kapłani porzucają fioletowy kolor szat liturgicznych na rzecz białych. Ten dzień jest też ich świętem – Jezus nie tylko ustanowił Eucharystię, lecz także wyznaczył jej szafarzy, mówiąc „To czyńcie na moją pamiątkę". Dlatego tego dnia wszyscy księża gromadzą się wokół swego biskupa i podczas mszy świętej ponawiają śluby kapłańskie. Wtedy święci się również oleje mszalne.

NIEDZIELA PALMOWA

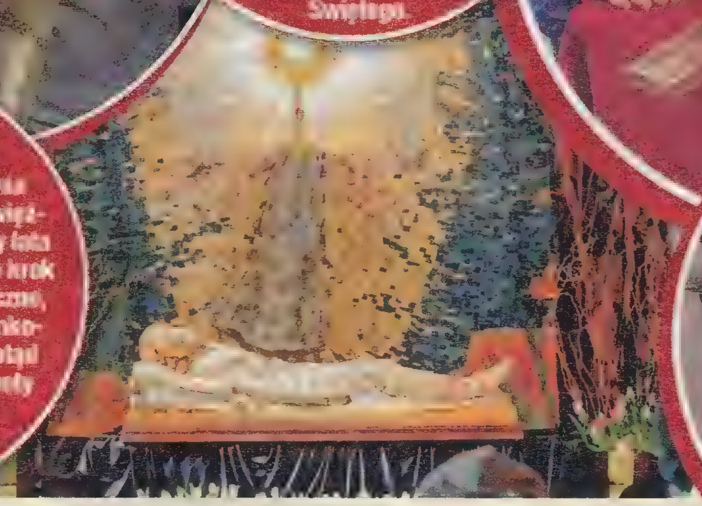
Wieczorem odbywa się Msza Wieczerzy Pańskiej. A podczas niej symboliczne obmycie nóg wiernych przez kapłana. Śpiewowi „Chwała na wysokości Bogu" towarzyszą dzwony – po tej pieśni zamilkną one aż do sobotniego wieczoru. Po zakończonej mszy kapłan przy stukocie kołatek odprowadza symbolicznie Najświętszy Sakrament do tzw. ciemnicy – bo tę noc Jezus spędził w więzieniu. **Po wspólnej krótkiej adoracji następuje obrzęd**

twychwstania

Wielkanoc to coś znacznie więcej niż baranek z cukru, kolorowe pisanki czy rzeżucha zasiana na okiennym parapecie. Więcej nawet niż spotkanie z tymi, których kochamy. To najważniejsze święto w roku liturgicznym. Gdyby nie Zmartwychwstanie, nie byłoby dziś chrześcijaństwa.



Adorację krzyża rozpoczyna jego uroczyste, trzyetapowe odsłonięcie wraz z wezwaniem: „Oto drzewo krzyża, na którym zawisło Zbawienie świata", na które wierni odpowiadają: „Pójdźmy z pokłonem". Następnie kapłan z krzyżem procesyjnie przechodzi przez kościół i pozostawia go wiernym, by mogli oddać mu cześć przez pocałunek. Tradycja ta pochodzi z IV wieku, gdy odnaleziono w Jerozolimie relikwie Krzyża Świętego.



Papież Franciszek już w 2013 r. zmienił sposób rozumienia obrzędu umywania nóg, czyniąc ten gest wobec więźniów, w tym dwóch kobiet. Trzy lata później Ojciec Święty poszedł o krok dalej i zmienił przepisy liturgiczne, według których wszyscy członkowie Ludu Bożego, a nie jak dotąd tylko ci zasłużeni dla wspólnoty Kościoła, powinni zostać dopuszczeni do obrzędu obmycia stóp.

[illegible] w roku kolejnym.

obnażenia ołtarza głównego – zostaje zdjęty obrus, krzyż, a także świece.

Najświętsza Ofiara

Wielki Piątek to jedyny dzień w roku, gdy w kościołach nie odprawia się mszy świętej – ofiara Jezusa dokonuje się na krzyżu. Od rana przygotowuje się i odwiedza Groby Pańskie. W ciągu dnia ulicami przechodzi ostatnia droga krzyżowa. Wieczór jest zarezerwowany na liturgię, na której kapłan kładzie się krzyżem przed obnażonym ołtarzem na znak szczególnego uniżenia wobec Boga. Centralnym punktem Wielkiego Piątku jest Adoracja Krzyża. Po niej udziela się komunii świętej. Na koniec ma miejsce uroczyste przeniesienie Najświętszego Sakramentu do symbolicznego Grobu Pańskiego, przygotowanego zwykle w jednej z bocznych naw. Tam będzie stał aż do mszy świętej rezurekcyjnej.

Wielka Sobota to czas ciszy, ale i radosnego oczekiwania, by wypełniło się to, co Jezus zapowiadał. Święcimy pokarmy, przygotowujemy potrawy. Po zmroku zaczyna się uroczysta Wigilia Paschalna. Pierwszy etap to liturgia ognia – przy ognisku rozpalonym przed kościołem kapłan uroczyście święci paschał, który przez następny rok będzie stał przy ołtarzu. Długie czytania przypominają historię zbawienia. Po poświęceniu wody wspólnota Kościoła odnawia przyrzeczenia chrzcielne. Już wtedy trzykrotnym „Alleluja" oraz biciem dzwonów ogłasza się, że Chrystus Zmartwychwstał. I choć w większości świątyń msza rezurekcyjna z uroczystą procesją odbywa się rano, po Wigilii Paschalnej możemy dzielić się tą wieścią, wyrażoną w staropolskim pozdrowieniu: „Chrystus Zmartwychwstał – prawdziwie Zmartwychwstał!". **KS**

KOSZYK WIELKANOCNY

[illegible]

OGLĄDAJ W TVP 1

PT Droga Krzyżowa w Watykanie godz. 20.50

SO Msza św. Zmartwychwstania Pańskiego godz. 20.50

Wszystko o jajkach

Jaki mają wpływ na nasze zdrowie, czy obawiać się ich nadmiaru w diecie oraz czym się kierować przy ich zakupie. Wszelkie wątpliwości rozwiewa dietetyczka, Joanna Drygiel.

Joanna Drygiel, dietetyczka

Jaja kurze zawierają mnóstwo cennych składników odżywczych oraz innych substancji korzystnie wpływających na organizm. **Jajo to przede wszystkim skarbnica pełnowartościowego białka, które pod względem składu zostało uznane przez Światową Organizację Zdrowia za tzw. białko wzorcowe.**

Poznaj ich wartość

Jajka są surowcem do budowy naszych tkanek aminokwasów egzogennych – takich, których nasz organizm nie jest w stanie wyprodukować samodzielnie. Jajko może zastąpić np. mięso w dobrze zbilansowanej diecie, zarówno dorosłych, jak i dzieci. **Zawarte w nich luteina, zeaksantyna i witamina A wpływają na poprawę ostrości widzenia za dnia i po zmroku.** Substancje te pomagają także spowalniać zmiany starcze w obrębie narządu wzroku, np. zwyrodnienie plamki żółtej. Jaja są źródłem żelaza oraz witamin niezbędnych do wytwarzania krwinek czerwonych (B12 i kwasu foliowego). Jedzenie jajek wspiera ten proces, dzięki czemu pomaga zapobiegać niedokrwistości objawiającej się bladością skóry oraz osłabieniem wydolności organizmu. Jaja zawierają także selen oraz witaminę E, wspierające odporność organizmu. Znajdujący się w nich jod poprawia funkcjonowanie tarczycy i przemianę materii. Witamina B2 pozwala natomiast zapobiegać zmianom zapalnym skóry.

Białko z żółtkiem nie tylko od kury:

- **Strusie:** sztuka waży przeciętnie ponad 1,5 kg. Waga samego białka to ok. kilogram. Te gigantyczne jaja zawierają około pięć razy więcej cennych nienasyconych kwasów tłuszczowych niż te od kury. By ugotować je na twardo, potrzebujesz ok. 45-60 minut, w zależności od wagi.
- **Gęsie:** są pożywne, jednak ciężkostrawne. Jest w nich dużo cholesterolu. Nie nadają się do ciast, ponieważ mają zbyt intensywny smak.
- **Przepiórcze:** to najmniejsze z jajek, 3 sztuki dorównują jednemu kurzemu. Ale, choć mają mniej żółtka i tłuszczu, zawierają więcej witamin oraz minerałów.

Co z cholesterolem?

Wiele osób zastanawia się, czy jajka nie zawierają go w nadmiarze, dlatego jedzą je tylko raz w tygodniu. Jak jest naprawdę? Owszem, jaja mają go sporo, gdyż ta substancja jest potrzebna do budowy tkanek rozwijającego się w jaju ptaka. Jednak na szczęście dobrej jakości jajka (najbardziej wartościowe są ekologiczne oznaczone cyfrą „0") zawierają jednocześnie sporo lecytyny. Dzięki niej wchłanianie cholesterolu do naszego organizmu jest bardzo utrudnione. Lecytyna dodatkowo korzystnie wpływa także na prawidłowe funkcjonowanie naszego mózgu, a także poprawia pamięć i koncentrację.

Po jaja śmiało mogą sięgać osoby dbające o linię – 2 sztuki mają zaledwie 160 kcal, a ich spożycie, np. na śniadanie, na długo zapewnia sytość, co pozwala uniknąć podjadania między posiłkami. Można je polecić także cukrzykom – nie zawierają cukru, więc nie mają wpływu na podnoszenie poziomu glukozy we krwi (IG=0).

Rozszyfruj kody:

- **0 – chów ekologiczny:** jajka od kur żyjących na wolnym wybiegu, karmionych naturalną żywnością.
- **1 – chów wolnowybiegowy:** jajka od kur, które mogą opuszczać swój kurnik. Są karmione paszą.
- **2 – chów ściółkowy:** jajka od kur, które przemieszczają się w kurniku, jednak nie wychodzą na zewnątrz.
- **3 – chów klatkowy:** jajka od kur, które żyją w ciasnych klatkach. Ten rodzaj chowu jest zabroniony w wielu krajach UE.

Naturalny blask

Rozświetlający róż mineralny Annabelle Minerals zawiera naturalną mikę, która mieni się tysiącem drobinek. Optycznie wygładza skórę, rzeźbi policzki i zapewnia letni efekt świeżości. Do kupienia na www.annabelle.pl.

Cena: ok. 49 zł

Słodycze z apteki

Cukierki Walerianowe Reutter przyjemnie odprężają i działają uspokajająco. Podnoszą sprawność umysłową oraz koncentrację i poprawiają samopoczucie. Do kupienia w aptekach i zielarniach.

Cena: ok. 8 zł

Smukła sylwetka

Suplement diety Liporedium wspiera intensywne spalanie tkanki tłuszczowej. Wspomaga przy tym skuteczną redukcję masy ciała. Zawiera ostrokrzew paragwajski, który blokuje powstawanie efektu jo-jo.

Cena: ok. 27 zł

Źródło żelaza

Preparat Floradix Żelazo i witaminy jest źródłem organicznego żelaza, witamin B2, B6, B12 i C. Zmniejsza uczucie zmęczenia. Pomaga w prawidłowej produkcji czerwonych krwinek.

Cena: ok. 50 zł

Czerwona koniczyna: naturalny lek dla kobiet

W Polsce rośnie głównie na łąkach. Jest to rodzaj rośliny pospolitej (chwastu). Stosuje się ją jednak jako ziele lecznicze. Czerwona koniczyna to źródło witamin A, B, C, E i P oraz ważnych dla funkcjonowania organizmu mikroelementów. Wśród nich znajdziesz, np. wapń, żelazo, potas, magnez, miedź, fosfor, selen czy chrom. Zawiera ona także antocyjany i fenolokwasy oraz małe ilości olejków eterycznych oraz karotenu. W ostatnich czasach ceniona jest szczególnie za pozyskiwane z niej izoflawonoidy, które odgrywają ogromną rolę w prawidłowym funkcjonowaniu organizmu kobiety. Na co mają szczególny wpływ?

☛ **Izoflawonoidy czerwonej koniczyny, w odróżnieniu od estrogenów zawartych w preparatach łagodzących objawy menopauzy:**

✔ nie zwiększają ryzyka raka piersi oraz raka endometrium,

✔ mogą być stosowane w zakrzepicy naczyń żylnych i innych schorzeniach układu krążenia.

☛ **Ich główne działanie:**

✔ łagodzą większość klasycznych objawów menopauzy,

✔ przeciwdziałają osteoporozie,

✔ działają korzystnie na gospodarkę lipidową.

☛ W badaniach mammograficznych u kobiet w okresie postmenopauzalnym wykazano, że izoflawonoidy koniczyny czerwonej, w odróżnieniu od HTZ (hormonalnej terapii zastępczej), nie zwiększają gęstości tkanki gruczołu piersiowego. Podobnie pozytywne wyniki uzyskano u kobiet obciążonych genetycznie nowotworem piersi. Uważa się, że izoflawonoidy koniczyny czerwonej mogą być stosowane u kobiet, które w przeszłości przebyły nowotwory piersi.

☛ Koniczyna ma działanie przeciwświądowe, moczopędne i przeciwzapalne. Leczy również choroby dróg oddechowych.

☛ **Zewnętrznie koniczynę można stosować do leczenia nieżytów gardła. Nadaje się do przygotowania z niej płukanek doustnych oraz pozytywnie wpływa na łagodzenie zmian skórnych, takich jak: rany, zapalenia i oparzenia.**

☛ Roślina dobroczynnie działa na włosy. Zmniejsza ich wypadanie, które spowodowane jest zaburzeniami hormonalnymi. Zapobiega nawet androgenicznemu łysieniu.

Ważne!
Napar z czerwonej koniczyny przygotowuje się z suszonych kwiatów. Wystarczy zalać 3 łyżki suszu szkl. wrzątku i odstawić na kwadrans do zaparzenia.

Jest sprawdzony sposób na złagodzenie niekorzystnych objawów menopauzy

Tajemnica łagodnej menopauzy

Częstą metodą łagodzenia skutków menopauzy stosowaną przez lekarzy jest hormonalna terapia zastępcza, która niestety nie może być zastosowana w każdym przypadku. Warto wówczas rozważyć zastosowanie naturalnych preparatów bazujących na ziołowych składnikach zawierających **izoflawonoidy.**

Szczególnie polecane są preparaty uzyskiwane z czerwonej koniczyny. Mają one przewagę nad preparatami sojowymi, gdyż nie wykazują działania alergizującego.

Izoflawonoidy koniczyny czerwonej **łagodzą objawy** menopauzy: uderzenia gorąca, nadmierną potliwość, zaburzenia snu, nadmierną nerwowość, nastrój depresyjny, zawroty głowy, problemy z koncentracją, bóle stawów, bóle głowy, zaburzenia rytmu serca, suchość pochwy, spadek libido.

Na rynku polskim dostępn jest preparat **FEMIFLA**MA z jednymi z najsilniejszyc właściwościami estrogen podobnymi, zawierający **40 mg izoflawonoidó z czerwonej koniczyny.**

Dodatkowo zawarta w prepa racie witamina B6 i **kwas f liowy** regulują czynność ho monalną, zmniejszają uczuc zmęczenia i znużenia. **Ma gnez** wspomaga prawidłow funkcjonowanie układu ne wowego, a **piperyna** zawar w czarnym pieprzu pomag spalać tkankę tłuszczow i polepsza biodostępnos i tak doskonałą dzięki proc sowi **mikronizacji.**

FEMIFLAMAX może być st sowany do łagodzenia obj wów menopauzy u kobie które obawiają się lub ma przeciwwskazania do stos wania hormonalnej terap zastępczej.

Potwierdzają to testy skuteczności:

SKUTECZNOŚĆ
72% ogólna poprawa nastroju
93% ograniczenie nocnych potów
93% złagodzenie uderzeń gorąca
93% ...t poleciłoby FEMIFLAMAX swojej przyjaciółce

orientacyjny koszt kuracji dziennej tylko 70 groszy

Szczegółowe dane na temat testów skuteczności na www.lagodnamenopauza.pl

DOSTĘPNY W NAJLEPSZYCH APTEKACH I NAJLEPSZYCH ZIELARNIACH

UWAGA!
W przypadku braku
FEMIFLAMAX
farmaceuta może go zamówić
specjalnie dla Ciebie
w atrakcyjnej cenie.

Kod BLOZ 3213541 albo 3213542
(Femiflamax 30tbl. lub 60tbl.)
ułatwi to zamówienie w aptece.

SUPLEMENT DIETY
www.lagodnamenopauza.pl

Tot. 123RF (3); Mat. promocyjne (4)

Czosnek? Tylko świeży!

W jednym małym ząbku jest całe mnóstwo substancji leczniczych – aminokwasy, saponiny, związki śluzowe, witaminy typu C, B1, B2, PP, prowitamina A, liczne sole mineralne (np. potasu, wapnia, magnezu) czy mikroelementy, m.in. kobalt i chrom. Jednak najważniejszym składnikiem czosnku są olejki eteryczne zawierające allicynę, która charakteryzuje się mocnym i trwałym zapachem.

Ma także właściwości przeciwgrzybicze, przeciwwirusowe oraz przeciwbakteryjne. I to jej czosnek zawdzięcza swoje właściwości króla przypraw!

☛ Najzdrowszy czosnek to ten… świeżo rozgnieciony! Trzeba go zjeść, np. na kanapce z razowego pieczywa posmarowanego masłem. **Jedna taka kanapka dziennie wzmacnia organizm już w ciągu najbliższych 2-3 miesięcy.**

☛ Najgorszy czosnek to ten… gotowany! Wówczas czosnek traci swe właściwości bakteriobójcze, zachowuje jedynie przeciwgrzybicze. Nie poleca się go też smażyć, ponieważ jego działanie lecznicze spada do zera.

Z tego wynika, że nie warto kupować gotowego i drogiego czosnku w słoikach, tylko świeże główki.

Sok na wzmocnienie

O tej porze roku to całkiem normalne, że czujesz się osłabiona i masz takie dni, podczas których w ogóle nie wychodziłabyś z łóżka. Ale możesz to zmienić! **Zacznij pić sok z ogórków kiszonych (najlepiej domowej roboty).** Możesz też kupić taki sok u zaprzyjaźnionego sprzedawcy na bazarku. Ważne jest, aby nie zawierał octu ani innych konserwujących dodatków.

Dlaczego warto pić ten sok?
Znajdziesz w nim szczepy bakterii, które wzmacniają system odporności. Witaminy A, C, K oraz z grupy B, które pomagają usunąć zmęczenie i bezsenność. Dlatego przez najbliższy miesiąc pij po śniadaniu pół szklaneczki soku.

Wygraj z cholesterolem

Zanim sięgniesz po leki, najpierw spróbuj działania naturalnych kuracji. Dobre jedzenie, trochę gimnastyki, kilka domowych mikstur oraz relaks skutecznie poprawią Twoje zdrowie.

Pamiętaj!
1-2 porcje (wielkości dwóch złożonych dłoni), jedzone codziennie od maja do września, sprawią, że LDL zmaleje a Ty schudniesz i zmniejszysz ob wód w talii.

Najpopularniejsze leki obniżające poziom złego cholesterolu (czyli LDL) to statyny. Powodują skutki uboczne, o których lekarze niechętnie informują, m.in. uszkadzają wątrobę, powodują choroby nerek, przyczyniają się do wzrostu glukozy. Na szczęście cholesterol obniżysz bez leków!

Zadbaj o mięśnie.
➜ Ponieważ przy wysokim LDL stają się one słabe i wiotkie. Zapisz się na gimnastykę. Zajęcia dla osób 55+ są już organizowane bezpłatnie w wielu miejscowościach. Musisz sprawdzić czy w Twojej również. Sama w domu możesz stosować ćwiczenia izometryczne. Polegają one na napinaniu mięśni. Jak ćwiczyć? Na przemian napinaj mięśnie ud, brzucha, pośladków. Powoli licz do 10 i rozluźnijaj. Powtarzaj 10 razy, 3-4 razy w ciągu dnia.

Zacznij się relaksować.
➜ Stres i nerwica powodują, że zły cholesterol nadal będzie wysoki. Ale nie sięgaj po kolejne leki. Spróbuj ziołowych kuracji, które pomogą i na cholesterol, i na nerwy. Dlatego 3-4 razy w tygodniu pij herbatkę z suszonego korzenia lukrecji, który kupisz w aptece (9 zł za 50 g). Do wszystkich potraw dodawaj świeże listki bazylii, posypuj nimi np. ziemniaki i mięso. Oba te ziółka mają działanie uspokajające i dodatkowo korzystnie wpływają na układ pokarmowy.

Na śniadanie jedz owsiankę.
➜ Zawiera dużo błonnika, który obniża poziom cholesterolu LDL. Do płatków owsianych dodaj starte jabłko, kawałki banana, ewentualnie rodzynki i orzechy. Możesz przygotowywać owsiankę na wodzie lub mleku (najlepiej roślinne, bo jest zdrowsze). Po takim posiłku jelita będą sprawniej pracować, a Ty długo będziesz czuła się syta i nie zaczniesz podjadać.

Pij yerba mate
➜ To herbata z Ameryki Południowej, którą w swoich programach wypija Wojciech Cejrowski. Zawiera składniki zapobiegające odkładaniu się blaszek miażdżycowych. Wystarczy przez miesiąc pić 1-2 kubki mate dziennie, aby poprawić wyniki badań. Do tanich nie należy, dlatego najbardziej opłaca się kupić dużą paczkę herbaty (500 g za 30 zł). Do kubeczka trzeba wsypać 3 łyżeczki suszu, ale można je potem zalewać 3-4 razy. **MLK**

Joga i pilates to ćwiczenia dla Ciebie. Wzmacniają ciało i uspokajają umysł.

Dźwięki natury leczą

Śpiew ptaków, szum drzew, odgłosy płynącej wody mają działanie uzdrawiające. Przekonaj się o tym podczas spaceru. Warunek jest jeden – wsłuchaj się w te dźwięki i nie myśl o kłopotach.

✗ Jak działają na organizm?
Wytwarzają wibracje, które m.in. poprawiają pracę serca, płuc, żołądka. Normują ciśnienie krwi, poprawiają działanie płuc, wzmacniają odporność, uspokajają nerwy. Korzystnie działa już 20-30 minutowy pobyt w lesie czy parku. Jednak, aby faktycznie wzmocnić organizm i zniwelować dolegliwości, należy jak w przypadku ćwiczeń czy przyjmowania leków, przeprowadzić kurację.

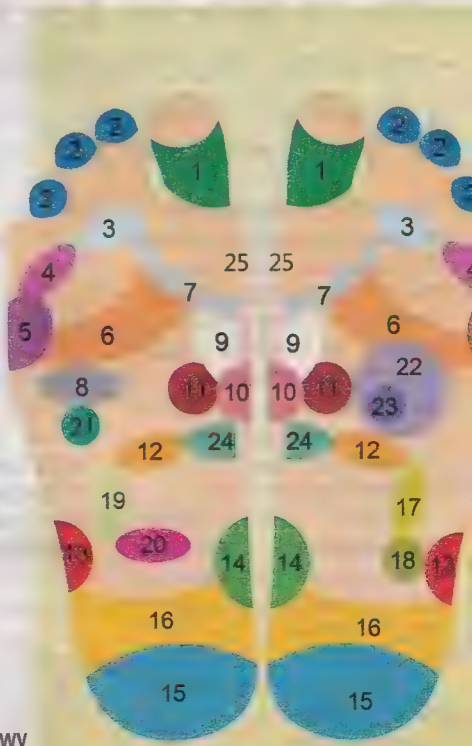
✗ Co powinnaś zrobić?
Na spacer wychodź codziennie, około południa, gdy świeci słońce. Usiądź na ławeczce lub pieńku. Zamknij oczy, pomedytuj, pomódl się, poczytaj.

Refleksologia – ten masaż czyni cuda

Będziesz zdziwiona, jakie niezwykłe właściwości ma prosty masaż stóp. Odpręża, poprawia krążenie, łagodzi ból, przyspiesza rekonwalescencję po długiej chorobie, a nawet operacji. **Pomaga w chorobie reumatycznej, bezsenności, zaparciach, bólach głowy a nawet ataku rwy kulszowej.** Chińczycy uważają masaż za kuracje leczniczą, taką samą, jak zażywanie leków. A w wielu krajach europejskich, np. Danii, Niemczech czy Szwecji, refleksologia stosowana jest w szpitalach i domach opieki.

✱ Jak zrobić masaż?
Usiądź wygodnie, żebyś mogła chwycić w dłonie jedną stopę. Możesz posmarować ją kremem (choć nie jest to konieczne). Delikatnie gładź całe stopy, potem uciskaj je centymetr po centymetrze przez 3 sekundy. Gdy chcesz sobie pomóc w konkretnej dolegliwości, np. bólu głowy, uciskaj 1-2 minuty odpowiedni punkt. Stosuj codziennie przez 2-3 miesiące.

1. Głowa
2. Zęby
3. Oczy
4. Ucho
5. Bark
6. Płuca
7. Tarczyca
8. Serce
9. Żołądek (brzuch)
10. Trzustka
11. Nadnercza
12. Nerki
13. Kolano
14. Pęcherz
15. Jajniki
16. Nerw kulszowy
17. Okrężnica
18. Wyrostek
19. Jelito cienkie
20. Jelito grube
21. Śledziona
22. Wątroba
23. Woreczek żółciowy
24. Dwunastnica
25. Kręgosłup



Niepozorna kozieradka dodaje urody

Znasz jej właściwości lecznicze (pomaga leczyć chorobę wrzodową, obniża ciśnienie krwi, usuwa toksyny z organizmu). Teraz odkryj, jak można wykorzystać ją do pielęgnacji urody. **Kozieradka to bogate źródło witaminy C, tiaminy, niacyny, witaminy B6, kwasu foliowego a także minerałów (wapń, żelazo, magnez, fosfor, potas, sód oraz cynk).** Dzięki tym składnikom pomaga leczyć atopowe zapalenie skóry (AZS), usuwa plamy i zaczerwienienie, wygładza skórę, spłyca zmarszczki i poprawia elastyczność naskórka. Najlepiej nakładać na skórę i wcierać we włosy olej z nasion kozieradki (15 zł za 100 ml). Z ziaren, które można dostać w każdym sklepie spożywczym (5 zł za 100 g) warto zrobić maseczkę.

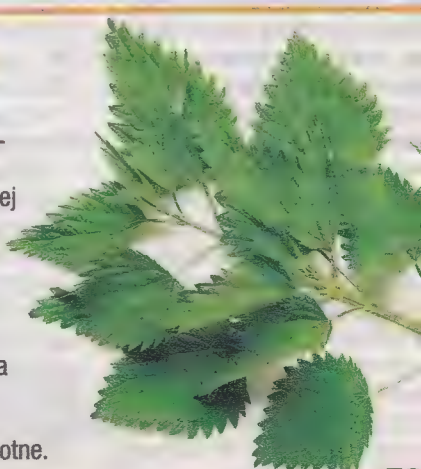
✿ Maseczka na zmarszczki:
2 łyżki ziaren zmiel na proszek, zalej 1/3 szklanki gorącej wody, odstaw na 5 minut. Dodaj 10 kropli witaminy E i wymieszaj. Papkę nałóż na skórę i dekolt. Trzymaj 15 minut. Zmyj letnią wodą. Wklep krem nawilżający. Powtarzaj raz w tygodniu.

Pora, abyś doceniła młodą pokrzywę

Sezon na pokrzywę jest w pełnym rozkwicie. Teraz jej młode listki mają najwięcej właściwości zdrowotnych. Zapobiegają anemii, oczyszczają nerki, usuwają bladość cery i wzmacniają cały organizm. Dlatego spiesz się z jej zrywaniem i suszeniem. Zbiory potrwają krótko, do połowy maja. Kończą się wtedy, gdy pokrzywa zaczyna kwitnąć i pojawiają się na niej małe białe kwiatki. Co możesz z niej zrobić?

▲ Zupa z pokrzywy
Obierz 2 ziemniaki, marchewkę, cebulę i selera. Jarzyny pokrój. **Do garnka dodaj 2-3 łyżki oleju kokosowego i wrzuć warzywa, aby się chwilę poddusiły.** Potem dolej 1,5 litra bulionu warzywnego. Gotuj, a gdy warzywa będą miękkie dorzuć 3 garście umytych listków pokrzywy. Dopraw do smaku. Gotuj jeszcze kilka minut. Zupę zmiksuj i dolej puszkę mleka kokosowego. Gotuj jeszcze przez chwilę. Zupę możesz posypać prażonymi płatkami migdałów, udekorować kleksem kwaśnej śmietany i kilkoma listkami pokrzywy. Smakuje jak szczawiowa.

▲ Nasza rada
Zacznij suszyć pokrzywę w ostatniej kwadrze księżyca (czyli w dniach 27 kwietnia lub 26 maja), a dzięki temu zachowa właściwości zdrowotne.



Fot. 123RF (8)

Zapytaj eksperta!

Odpowiada: Agnieszka Antoniak

500+ na pierwsze dziecko – od kiedy można składać wnioski?

To dla mnie ważna kwestia i duże wsparcie. Czy już powinnam złożyć wniosek? *Maria Dereń z Wałbrzycha*

Świadczenie wychowawcze, znane powszechnie jako 500 plus, zgodnie z treścią art. 4 ust. 1 ustawy o pomocy państwa w wychowywaniu dzieci (t.j. Dz.U. z 2018 r. poz. 2134) przysługuje matce, ojcu, opiekunowi faktycznemu dziecka albo opiekunowi prawnemu dziecka, do dnia ukończenia przez nie 18. r.ż.

Rodziny o niskich dochodach otrzymają wsparcie również na pierwsze dziecko, pod warunkiem, że spełniają kryterium progu dochodowego, czyli 800 zł na osobę w rodzinie.

Jeżeli członkiem rodziny jest dziecko niepełnosprawne, próg dochodowy, o którym mowa, wynosi 1200 zł na osobę w rodzinie.

Mimo że świadczenie to ma charakter powszechny, jego wypłata związana jest bezpośrednio ze złożeniem wniosku. Prawo do świadczenia wychowawczego przysługuje od miesiąca złożenia wniosku.

WAŻNE! Wnioski będzie można składać: • online (za pośrednictwem ministerialnego Portalu Informacyjno-Usługowego Emp@tia) • bankowości elektronicznej • ePUAP (epuap.gov.pl) od 1 lipca, a w formie papierowej od 1 sierpnia – w ośrodkach pomocy społecznej lub wyznaczonych jednostkach gminy (Więcej na temat składania wniosków będziemy pisać w czerwcu!).

W przypadku stwierdzenia niepełnosprawności dziecka należy złożyć wniosek o przyznanie świadczenia, załączając orzeczenie lekarskie. Jeżeli do momentu jego wydania rodzinie nie przysługiwało świadczenie (ze względu na przekroczenie progu dochodowego), będzie ono przyznane od miesiąca, w którym wydano orzeczenie.

Warto także wiedzieć, iż otrzymywanie przez rodzica dziecka świadczenia wychowawczego nie ma wpływu na wysokość przyznawanych alimentów (art. 135 § 3 Kodeksu rodzinnego i opiekuńczego).

Chcesz zapytać naszego specjalistę? Wyślij pytanie: redakcja@kuriertv.pl

Nocny i świąteczny dyżur

♥ **Opieka zdrowotna w zastępstwie lekarza POZ** udzielana jest w punktach nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej od poniedziałku do piątku w godzinach od 18.00 do 8.00 dnia następnego oraz całodobowo w dni ustawowo wolne od pracy.

♥ **W razie nagłego zachorowania** można udać się po pomoc do dowolnego punktu nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej, niezależnie od tego, gdzie mieszkamy, i do którego lekarza/pielęgniarki podstawowej opieki zdrowotnej (POZ) złożyliśmy swoją deklarację. Lekarz może nam udzielić porad:

- w warunkach ambulatoryjnych,
- w domu (w zależności od schorzenia),
- telefonicznie.

♥ **Gdy jest zagrożenie zdrowia i życia,** należy udać się na Szpitalny Oddział Ratunkowy (SOR) lub zadzwonić po pogotowie: **999** lub **112**.

Sposób na święta z teściową

Za chwilę Wielkanoc, którą większość z nas spędzi w rodzinnym gronie, przy stole. To oznacza spotkania z bliskimi – także tymi, z którymi często mamy odmienne zdanie na różne tematy, na przykład teściową. Jeśli Wasze kontakty nie są idealne, warto skorzystać z wskazówek, dzięki którym święta przebiegną w spokoju i bez niemiłej wymiany zdań. To jest możliwe.

Pamiętajmy, że relacja z teściową, tak jak każda inna, zależy od obu stron. Ważne jest nastawienie. Także nasze. Jeśli uwierzymy w stereotyp, trudno będzie nam dostrzec jej rzeczywiste cechy. Jeżeli jesteśmy dopiero na początku kontaktów z teściową, spróbujmy podejść do poznania jej tak, jak każdej nowej osoby – z ciekawością, bez uprzedzeń, dbając o to, by samemu zaprezentować się z jak najlepszej strony. Jeśli to relacja, która swoje początki ma już dawno temu, to jeszcze lepiej. Wtedy wiemy, czego się spodziewać i możemy przygotować „spokojne i dyplomatyczne" odpowiedzi, które pomogą nam wybrnąć z niezręcznej sytuacji podczas świątecznej biesiady.

Nie dajmy się sprowokować! Nawet jeśli teściowa nie jest mistrzynią dyplomacji i jej uwagi mogą nas dotknąć, warto nieustannie zaskakiwać ją grzecznością i nie dać się wyprowadzić z równowagi. Jeśli lubi krytykować Twoją kuchnię, serwuj jej własne oryginalne dania, o których ona nie ma pojęcia: „Wiem, że Twojemu żurkowi żaden nie dorówna, ale specjalnie na Twój przyjazd zdobyłam superprzepis na zupę chrzanową…". Próbuje Cię pouczać w różnych kwestiach – wysłuchaj grzecznie jej opinii i powiedz, że to sobie przemyślisz, ale nie obrażaj się demonstracyjnie.

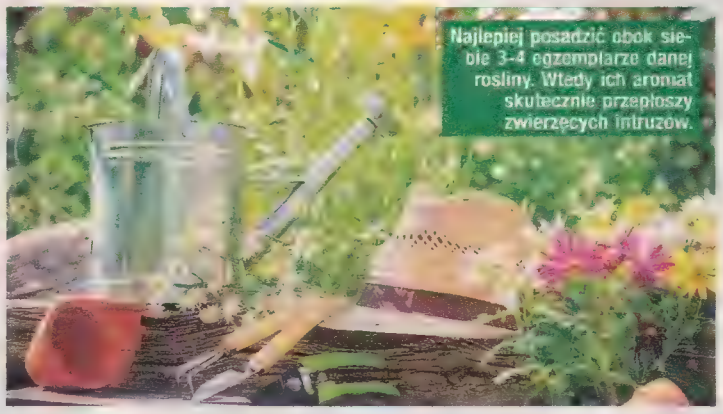
Ważne! Być może uwagi teściowej są dobrymi radami, tylko sposób, w jaki je wyraziła, okazały się nieprzyjemne dla Ciebie. To się często zdarza nawet między koleżankami. To jednak od Ciebie zależy, czy ostatecznie skorzystasz z nich, czy nie.

Monika Micias, psycholog

Fot. 123RF (7), AKPA, mat. promocyjne (2).

Ochroń ogród przed nieproszonymi gośćmi

Całe szczęście, że upodobania zapachowe ludzi i zwierząt różnią się od siebie. Dzięki temu, sadząc odpowiednie rośliny, możemy pozbyć się wielu nieproszonych gości.



Najlepiej posadzić obok siebie 3-4 egzemplarze danej rośliny. Wtedy ich aromat skutecznie przepłoszy zwierzęcych intruzów.

MESZKI I KOMARY NIE LUBIĄ:

➜ **plektrantusa (nazywanego komarzycą)**, dlatego to idealna roślina na balkony i miejsca w ogrodzie, gdzie lubisz usiąść z bliskimi. Najlepiej umieścić ją wysoko nad ziemią, aby jej pędy utworzyły efektowną kaskadę, która broni przed komarami i przed słońcem.

➜ **pelargonii** – skrzynka tych kwiatków ustawiona blisko okna i wejścia do mieszkania wystarczy, aby ochronić się przed latającymi intruzami.

KRETY NIE PRZYJDĄ, GDY:

➜ **w ogrodzie posadzisz chrzan.** Jeśli wyrósł dziko, nie obrywaj mu liści, nie wykopuj korzeni. Pozwól, aby się rozrastał. Im większa roślina, tym silniej działa.

➜ **rośnie u Ciebie w ogródku bez czarny**, bo aromat z jego liści nie przypadnie kretom do gustu. Możesz też pojedyncze gałązki bzu powtykać w istniejące kretowisko, a krety wyniosą się szybko z Twojego ogrodu.

CO ODSTRASZY MUCHY?

➜ **heliotrop**, zwłaszcza kiedy jego piękne fioletowe kwiatki kwitną i roztaczają wokół mocną słodką woń (czyli od lipca do nadejścia mrozów).

➜ **mięta pieprzowa oraz tymianek, bazylia i lawenda** to zestaw ziółek, których woni muchy nie znoszą. Trzymaj więc doniczki z tymi ziołami na słonecznym parapecie.

NIE ZOBACZYSZ MRÓWEK

➜ **jeśli posadzisz obok mrowiska majeranek i nagietek lekarski.** Mocna woń tych ziół, zwłaszcza w słoneczne dni, drażni mrówki.

➜ **posiejesz np. wokół domu macierzankę.** Jej pikantny aromat odstrasza mrówki i nie wejdą one do środka.

Kolor lakieru, który odmładza ręce

Klasyczna czerwień to kolor uznawany za odmładzający. Pasuje do każdego typu skóry – tej zaczerwienionej, tej z brązowymi plamkami, i tej z sinawymi żyłkami. Możesz też wypróbować jej jasne odcienie, a zobaczysz jak ten kolor odwraca uwagę od niedoskonałości skóry. Wybieraj lakiery błyszczące lub matowe (najlepiej żelowe, bo są trwałe). Unikaj lakierów perłowych, które postarzają.

Meble na błysk

Jeśli Twoje drewniane meble odrobinę zmatowiały, podpowiadamy, jak je przed świętami odświeżyć. Najpierw umyj je wodą z detergentem – usuniesz brud, kurz i tłuste plamy. Wytrzyj do sucha. Potem wylej na szmatkę trochę oleju lnianego i natrzyj nim mebel. Błysk gwarantowany!

Prosty przepis na słony karmel

Zaskocz bliskich i podaj im deser z własnoręcznie zrobionym słodko słonym sosem.

Potrzebne Ci są:

- ✓ 4 łyżki cukru
- ✓ 1/4 szklanki wody
- ✓ 3 łyżki masła
- ✓ 8 łyżek śmietanki 30 procent
- ✓ 1/3 łyżeczki gruboziarnistej soli morskiej.

Jak zrobić karmel?

Do garnuszka wsyp cukier i podgrzej, aż nabierze brązowego koloru. Wlej wodę (uwaga, będzie pryskać) i mieszaj, aż cukier się rozpuści. Po chwili wlej śmietankę. Gotuj 4-5 minut na małym ogniu. Dodaj masło i sól. Mieszaj, aż wszystkie składniki się połączą. Zestaw z ognia.

Do czego podawać?

Słony karmel pasuje do ciast czekoladowych, tortów bezowych, a nawet do sernika. Można polać nim lody i popcorn.

Wzór w panterkę

ZAWSZE MODNA!

Znów króluje! I dobrze, bo pasuje kobietom w każdym wieku i o każdym typie urody. Trzeba tylko nauczyć się go nosić.

☛ Od stóp do głów!

Taką stylizację wybierają m.in. blogerki modowe i Magda Gessler, która pojawiła się tak ubrana na konferencji prasowej „MasterChef".

☛ Tylko jedna rzecz.

Hitem jest dłuższa spódnica do połowy łydki. Najlepiej łączyć ją z białymi butami sportowymi. Zawsze na topie są bluzki w panterkę z cienkich, przezroczystych materiałów. Zdaniem stylistów ciuchy w zwierzęce motywy najlepiej komponują się z kolorem czarnym.

☛ Modny akcent.

Wystarczy jedna rzecz: torebka, pasek, buty lub szalik i już jesteś dobrze ubrana.

Z rodziną przy św

W Wielkanoc nie może zabraknąć jajek, które są symbolem nowego życia. W wielu domach spożywany będzie także biały barszcz lub żurek z kiełbasą. Czym urozmaicić nasz tradycyjny stół?

Przyślij swój przepis!

Za opublikowany płacimy 50 zł!

Pasztet drobiowy

SKŁADNIKI: ✔ cały kurczak (u mnie 1,7 kg) ✔ 2 jajka ✔ marchewka ✔ 2 grahamki ✔ pół litra mleka ✔ 2 cebule ✔ 4 łyżki masła ✔ łyżka majeranku ✔ liść laurowy ✔ 2 ziela angielskie ✔ sól ✔ pieprz

PRZYGOTOWANIE:

1 Kurczaka umyj i ugotuj z marchwią, jedną cebulą oraz liściem laurowym, zielem i solą.

2 Grahamki namocz w mleku. Drugą cebulę posiekaj i zeszklij.

3 Ugotowane mięso kurczaka zmiel w maszynce razem z cebulą, marchewką i odciśniętymi z mleka bułkami. Dodaj surowe jajka, majeranek, sól i pieprz. Wyrób masę rękoma, po czym umieść ją w podłużnej formie wyłożonej papierem do pieczenia.

4 Piecz pasztet 55-60 minut w piekarniku rozgrzanym do temperatury 180°C.

Przepis nadesłała: Małgorzata Kwiatkowska

Schab dojrzewający

SKŁADNIKI: ✔ kilogram schabu bez kości ✔ 2 łyżki soli ✔ 2 łyżki majeranku ✔ 6 ząbków czosnku ✔ 10 ziaren ziela angielskiego ✔ 4 liście laurowe ✔ łyżka pieprzu

PRZYGOTOWANIE:

1 Schab dokładnie umyj i osusz.

2 Ziele angielskie i liść laurowy rozgnieć w moździerzu, a czosnek przeciśnij przez praskę. Wszystkie przyprawy wymieszaj, po czym dokładnie natrzyj schab.

3 Wstaw mięso do lodówki na 4-5 dni i codziennie odlewaj powstające soki. Po tym czasie włóż schab do pończochy i powieś w suchym, przewiewnym miejscu na 2 tygodnie. Gotowy pokrój w bardzo cienkie plasterki.

Przepis nadesłała: Katarzyna Sycik

Wyślij swoje zdjęcie, kilka słów o sobie oraz przepis na adres:

redakcja@kuriertv.pl

Czytelnik, nadsyłając materiały, zapewnia, że jest autorem przepisu oraz zdjęcia i publikacja ww. materiałów nie naruszy praw osób trzecich.

poziom trudności ŚREDNI
czas przygotowania 160 minut

ODKRYJ W SOBIE KULINARNY TALENT!

PORCJA 400 kcal

Polski żurek z szaszłykiem

SKŁADNIKI NA 4 PORCJE:
● pół litra zakwasu ● włoszczyzna ● por ● 3 ziemniaki ● 2 łyżki chrzanu ● sól ● pieprz ● majeranek; SZASZŁYKI: ● 12 jaj przepiórczych ● biała kiełbasa

PRZYGOTOWANIE:

1 Włoszczyznę obierz i umyj. Zalej czterema szklankami wody i doprowadź do wrzenia. Gotuj ok. 15 minut, po czym dołóż umyty por i gotuj kolejny kwadrans. Dopraw solą i pieprzem.

2 Po tym czasie odlej wywar przez gazę. Warzywa odłóż np. do sałatki.

3 Ziemniaki obierz, opłucz i pokrój w kostkę. Włóż do czystego wywaru razem z dużym pętkiem białej kiełbasy i ugotuj. Na koniec wsyp majeranek.

4 Jaja przepiórcze ugotuj na twardo. Obierz i nadziej na patyczki do szaszłyków razem z plastrami kiełbasy. Podawaj do żurku.

Wykwintny talerz przystawek

SKŁADNIKI NA 6 PORCJI:
● 6 krewetek ● 2 łyżki oliwy ● ząbek czosnku ● sól ● pieprz ● oliwki ● 20 dag pomidorków ● awokado ● papryka ● 6 jajek przepiórczych ● sałata ● limonka ● czarny sezam

PRZYGOTOWANIE:

1 Krewetki (najlepiej królewskie) umyj, osusz i wrzuć na mocno rozgrzaną oliwę. Smaż je z obu stron po ok. 2 minuty. Dopraw krewetki solą oraz pieprzem i dołóż posiekany ząbek czosnku.

2 Jajka przepiórcze ugotuj na twardo, zalej zimną wodą, obierz i przekrój na pół.

3 Z awokado usuń pestkę i skórkę. Pokrój je w kosteczkę razem z żółtą papryką, a pomidorki przetnij na pół.

4 Na paterze rozłóż sałatę. Umieść na niej przygotowane składniki i dołóż oliwki. Skrop całość limonką i posyp sezamem.

PORCJA 200 kcal

Fot. 123 RF (7), Arch. Prywatne (2).

iątecznym stole

Jaja z łososiem

SKŁADNIKI NA 10 PORCJI:

● 5 jaj ● 10 dag plastrów wędzonego łososia ● 5 łyżeczek kawioru ● 5 oliwek; MAJONEZ: ● jajko ● 300 ml oleju ● po łyżeczce soku z cytryny i musztardy ● sól ● pieprz

PRZYGOTOWANIE:

1 Jajka ugotuj na twardo. Obierz, przekrój na pół i usuń żółtka. Włóż je do miski.

2 Jajko na majonez wbij do wysokiego naczynia. Dolej olej i sok z cytryny. Dołóż łyżkę ostrej musztardy i po szczypcie soli oraz pieprzu. Miksuj w blenderze składniki pół minuty. Pamiętaj, by były w temperaturze pokojowej.

3 Połowę plastrów łososia dodaj do żółtek z dwiema łyżkami majonezu. Zmiksuj i umieść w białkach. Nałóż na wierzch po plasterku łososia, kawior i po plastrze oliwki.

Pieczeń z oczkiem

SKŁADNIKI NA 10 PORCJI:

● 40 dag mięsa wieprzowego ● pierś kurczaka ● 2 białe kiełbasy ● cebula ● 2 ząbki czosnku ● 3 jajka ● kajzerka ● szkl. mleka ● sól ● pieprz ● po łyżeczce majeranku i papryki

PRZYGOTOWANIE:

1 Mięso wieprzowe umyj i pokrój na drobne kawałki. Zmiel je razem z piersią kurczaka, białą kiełbasą (bez osłonki), cebulą oraz czosnkiem. Dodaj sól, pieprz, majeranek i paprykę.

2 Kajzerkę namocz w mleku i odciśnij. Wyrób z mięsem. Jajka ugotuj i obierz.

3 Umieść z foremce połowę masy. Na niej rozłóż jajka, przykryj resztą i dociśnij wierzch. Piecz potrawę ok. 45 minut w temp. 170°C.

Kanapki na ciepło

SKŁADNIKI NA 2 PORCJE:

● 2 bułeczki pełnoziarniste ● 4 plastry boczku ● 2 jajka ● 2 liście sałaty strzępiastej ● 4 plastry pomidora ● sól ● 2 łyżeczki domowego majonezu (przepis przy jajach z łososiem)

PRZYGOTOWANIE:

1 Na rozgrzanej suchej patelni przesmaż plastry boczku. Poczekaj, aż wytopi się z nich tłuszcz. Zdejmij je z patelni i wbij na nią surowe jajka. Oprósz je solą i smaż do chwili ich ścięcia.

2 Bułeczki podgrzej chwilę w piekarniku i przekrój na pół. Posmaruj je majonezem i włóż warzywa. Umieść na nich podsmażony boczek i jajka sadzone.

Kruche babeczki z sałatką jarzynową

SKŁADNIKI NA 20 PORCJI:

BABECZKI: ● 2 szkl. mąki ● 5 łyżek cukru pudru ● szczypta soli ● 20 dag masła ● jajko; SAŁATKA: ● po 2 marchewki, ziemniaki i pietruszki ● duże jabłko ● 3 ogórki konserwowe ● 3 jajka ● pół puszki groszku ● 15 dag szynki konserwowej ● 3 łyżki majonezu ● pieprz ● sól

PRZYGOTOWANIE:

1 Składniki na babeczki wymieszaj, porządnie zagnieć, owiń folią spożywczą i schłodź ok. pół godziny w lodówce. Następnie wylep ciastem foremki na babeczki i wstaw na ok. 15 minut do piekarnika rozgrzanego do 180°C.

2 Marchew, ziemniaki i pietruszkę obierz, umyj i ugotuj. Miękkie warzywa pokrój w kosteczkę razem z obranym jabłkiem, ogórkami konserwowymi, szynką i ugotowanymi na twardo jajkami. Dołóż odlany groszek oraz majonez (najlepiej domowy z przepisu na jaja z łososiem). Dopraw sałatkę solą oraz czarnym świeżo mielonym pieprzem. Wymieszaj.

3 Nałóż ją do upieczonych kruchych babeczek i udekoruj, np. listkami natki pietruszki i kawałkami czerwonej papryki.

Roladki z serkiem

SKŁADNIKI NA 6 PORCJI:

● 6 plastrów gotowanej szynki ● kostka sera białego tłustego ● pół czerwonej papryki ● 2 ogórki gruntowe ● pęczek szczypiorku ● 3 łyżki mleka ● sól

PRZYGOTOWANIE:

1 Ser biały przełóż do miski i rozgnieć go z solą oraz mlekiem.

2 Paprykę umyj i pokrój w kosteczkę razem z obranymi ogórkami. Dołóż do sera i wymieszaj całość ze szczypiorkiem.

3 Nałóż twarożek na plastry szynki i zwiń je w zgrabne ruloniki.

Wielkanocne smakołyki

Po obfitym świątecznym śniadaniu do pełni szczęścia niezbędna jest jeszcze odrobina czegoś słodkiego. Skusisz się na kawałek mazurka lub babki, a może na muffinkę, zajączka lub porcję tradycyjnej paschy? Wybierz swój ulubiony smak.

PORCJA 300 kcal

Mazurek na cieście francuskim

PRZYGOTOWANIE:

1 Rozwiń rolkę ciasta francuskiego i wylep nim dno oraz boki formy na tartę. Rozłóż na nim kawałek papieru do pieczenia i rozsyp równomiernie suchy groch. Wsuń formę z ciastem do piekarnika rozgrzanego do temperatury 200°C i piecz około 25 minut.

2 Gotowe ciasto wyjmij z piekarnika (fasolę zostaw do następnego pieczenia) i poczekaj, aż zupełnie ostygnie.

3 Żurawinę i rodzynki zalej ciepłą wodą. Odstaw na kwadrans, po czym odlej przez sito.

4 Rozsmaruj masę kajmakową na cieście i rozsyp na nim płatki migdałowe oraz rodzynki z żurawiną. Udekoruj jajkami.

SKŁADNIKI NA 12 PORCJI:

● rolka ciasta francuskiego + paczka grochu do obciążenia ● puszka kajmaku ● pół szklanki płatków migdałowych ● po garści żurawiny i rodzynek ● jajka czekoladowe do dekoracji

Fot. 123RF (5), Materiały promocyjne (2).

Babka piaskowa z lukrem

SKŁADNIKI NA 9 PORCJI:

● 4 jajka ● 15 dag mąki pszennej ● 8 dag mąki ziemniaczanej ● 20 dag masła ● 15 dag cukru ● 2 płaskie łyżeczki proszku do pieczenia ● 2 łyżeczki esencji waniliowej ● lukier ● dekoracja

PRZYGOTOWANIE:

1 Zimne jajka ubij z cukrem. Dodaj mąkę pszenną oraz ziemniaczaną i proszek do pieczenia. Całość zmiksuj, dodając na koniec roztopione wcześniej chłodne masło.

2 Przelej ciasto do silikonowej formy lub zwykłej wyłożonej papierem do pieczenia. Piecz około 40 minut w piekarniku rozgrzanym do temp. 180°C.

3 Przed podaniem polej ją gotowym lukrem i udekoruj żelkami albo owocami kandyzowanymi.

Tradycyjna pascha

SKŁADNIKI NA 10 PORCJI:

● kg twarogu trzykrotnie mielonego ● 20 dag masła ● 5 żółtek ● 30 dag cukru ● opakowanie cukru wanilinowego ● 250 ml śmietanki 30% ● bakalie (orzechy, migdały, skórki i owoce kandyzowane)

PRZYGOTOWANIE:

1 Żółtka ubij z cukrem. Dodaj śmietanę i dalej ubijaj nad garnkiem z gotującą się wodą, aż zgęstnieje. Do letniej masy dołóż miękkie masło, ser oraz bakalie.

2 Wysokie naczynie wyłóż wilgotną gazą. Nałóż do niego wymieszaną masę, przykryj gazą, a następnie dociśnij np. talerzem.

3 Wstaw paschę do lodówki na minimum 12 godzin. Przed podaniem udekoruj ją świątecznie.

na deser

Muffinki cytrynowe

SKŁADNIKI NA 12 PORCJI:

● po 20 dag masła i mąki ● 15 dag cukru ● 4 jaja ● łyżka proszku do pieczenia ● 2 cytryny; KREM: ● po 10 dag mascarpone i kremówki ● łyżka cukru pudru ● pół cytryny

PRZYGOTOWANIE:

1 Mąkę wymieszaj w misce z proszkiem do pieczenia. Dodaj masło utarte z cukrem. Miksuj, dodając sok wyciśnięty z cytryn.

2 Formę na muffinki wyłóż papilotkami. Nałóż ciasto, a następnie piecz 25 minut w temperaturze 180°C.

3 Serek zmiksuj z kremówką, cukrem i sokiem z cytryny. Nałóż na muffinki.

Zajączki drożdżowe

SKŁADNIKI NA 15 PORCJI:

● pół kg mąki pszennej ● 1,5 dag suchych drożdży ● 1/3 szklanki cukru ● 250 ml mleka ● 2 jajka ● 7 dag masła ● duża szczypta soli ● rodzynki

PRZYGOTOWANIE:

1 Mąkę wymieszaj z drożdżami. Dodaj resztę składników i wyrób ciasto. Uformuj kulę włóż do oprószonej mąką miski. Przykryj ściereczką i odstaw na ok. półtorej godziny.

2 Wyrobione ciasto podziel na 15 części i uformuj z nich zajączka. Z rodzynek zrób oczy. Ułóż zwierzątka na blasze i odstaw na 15 minut. Piecz ciastka kwadrans w temp. 180°C.

Naturalnie słodka

Masa krówkowa kajmak od HELIO to wyjątkowo smaczna słodka, aksamitna masa, która nie zawiera konserwantów, glutenu i oleju palmowego. Doskonała m.in. do mazurka i innych wypieków oraz kanapek.

Cena: ok. 4 zł

Z nutką alkoholu

Czekolada Zabajone Wawel to propozycja o lekkim nadzieniu połączonym z kremem i nutą alkoholu. Idealna dla fanów oryginalnych deserów. Bez dodatku substancji konserwujących, barwników i sztucznych aromatów.

Cena: ok. 9 zł

Reklama

Zdrowych i pogodnych Świąt Wielkanocnych

życzy producent leku

Acard®
Acidum acetylsalicylicum

Polfa Warszawa S.A. GRUPA polpharma

Acard. Skład i postać: Jedna tabletka dojelitowa zawiera 75 mg kwasu acetylosalicylowego. **Wskazania:** Choroba niedokrwienna serca oraz wszelkie sytuacje kliniczne, w których celowe jest hamowanie agregacji płytek krwi: zapobieganie zawałowi serca u osób dużego ryzyka, świeży zawał serca lub podejrzenie świeżego zawału serca, niestabilna choroba wieńcowa, prewencja wtórna u osób po przebytym zawale serca, stan po wszczepieniu pomostów aortalno-wieńcowych, angioplastyce wieńcowej, zapobieganie napadom przejściowego niedokrwienia mózgu (TIA) i niedokrwiennego udaru mózgu u pacjentów z TIA, po przebytym udarze niedokrwiennym mózgu u pacjentów z TIA; u osób z zarostową miażdżycą tętnic obwodowych, zapobieganie zakrzepicy naczyń wieńcowych u pacjentów z mnogimi czynnikami ryzyka, zapobieganie zakrzepicy żylnej i zatorowi płuc u pacjentów długotrwale unieruchomionych, np. po dużych zabiegach chirurgicznych jako uzupełnienie innych sposobów profilaktyki. **Przeciwwskazania:** Produktu Acard nie należy stosować: w przypadku nadwrażliwości na substancję czynną – kwas acetylosalicylowy, inne salicylany lub którąkolwiek substancję pomocniczą leku; u pacjentów ze skazą krwotoczną; u pacjentów z czynną chorobą wrzodową żołądka i (lub) dwunastnicy; u pacjentów z ciężką niewydolnością nerek; u pacjentów z ciężką niewydolnością wątroby; u pacjentów z napadami tzw. astmy aspirynowej w wywiadzie, wywołanymi podaniem salicylanów lub substancji o podobnym działaniu, szczególnie niesteroidowych leków przeciwzapalnych; jednocześnie z metotreksatem w dawkach 15 mg na tydzień lub większych; w ostatnim trymestrze ciąży; u dzieci w wieku do 12 lat w przebiegu infekcji wirusowych ze względu na ryzyko wystąpienia zespołu Reye'a – rzadko występującej, ale ciężkiej choroby powodującej uszkodzenie wątroby i mózgu. **Podmiot odpowiedzialny:** Polfa Warszawa S.A. Dodatkowych informacji o leku udziela: Polpharma Biuro Handlowe Sp. z o.o., ul. Bobrowiecka 6, 00-728 Warszawa; tel.: +48 22 364 61 00; faks: +48 22 364 61 02. www.polpharma.pl. ChPL:2017.05.31.

ACRD/633/IM-2019

PRZED UŻYCIEM ZAPOZNAJ SIĘ Z ULOTKĄ, KTÓRA ZAWIERA WSKAZANIA, PRZECIWWSKAZANIA, DANE DOTYCZĄCE DZIAŁAŃ NIEPOŻĄDANYCH I DAWKOWANIE ORAZ INFORMACJE DOTYCZĄCE STOSOWANIA PRODUKTU LECZNICZEGO, BĄDŹ SKONSULTUJ SIĘ Z LEKARZEM LUB FARMACEUTĄ, GDYŻ KAŻDY LEK NIEWŁAŚCIWIE STOSOWANY ZAGRAŻA TWOJEMU ŻYCIU LUB ZDROWIU.

TYLKO U NAS DO WYGRANIA

Krzyżówka Nr 1 TRUDNOŚĆ: ★★★★★

NAGRODĘ Z NR. 11 WYGRAŁ: BOGDAN, BEŁCHATÓW

ROZWIĄZANIE 1/16 →

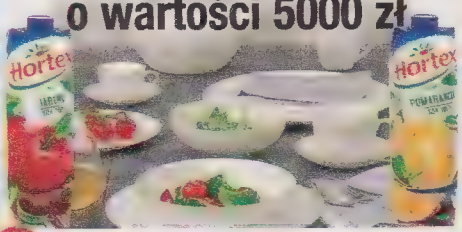
1	2	3	4	5	6	7

W tym tygodniu mamy dla Was:

1 5000 zł W GOTÓWCE

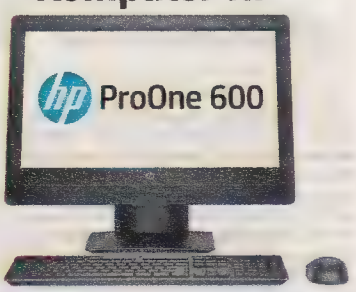
Pod numer 7265 treść SMS: HA.MM.16.ROZWIĄZANIE

2 Soki Hortex + bon na zastawę stołową o wartości 5000 zł



Pod numer 7265 treść SMS: HA.MN.16.ROZWIĄZANIE

3 Komputer HP



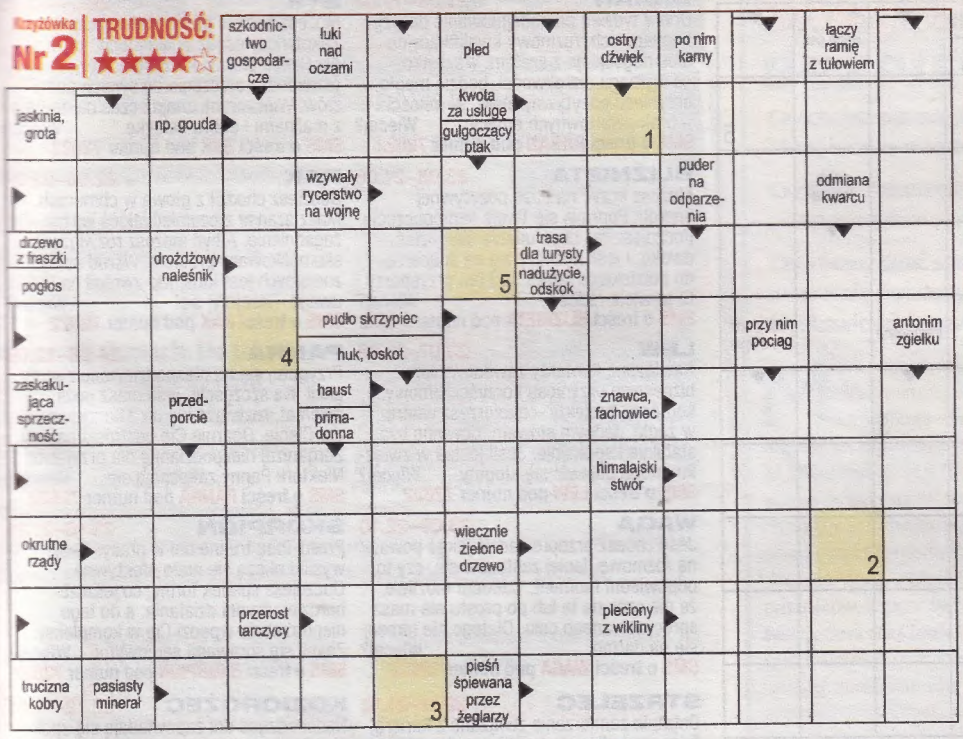
Pod numer 7265 treść SMS: HA.MP.16.ROZWIĄZANIE

Rozwiąż krzyżówkę, wybierz nagrodę i wyślij kupon albo SMS do 28.04.2019 r. – z rozwiązaniem i kodem prezentowanym przy nagrodzie pod nr 7265, np. by zagrać o nagrodę pieniężną wyślij: HA.MM.16.ROZWIĄZANIE (bez używania polskich znaków). Koszt wysłania 1 SMS-a to 2,46 zł z VAT. Usługa dostępna we wszystkich polskich sieciach telefonii komórkowej. Regulamin krzyżówek i konkursów na www.regulaminy.pl Rozwiązania można też wysyłać za pomocą kuponu ze strony 62 na adres: Magazyn Telewizyjny Kurier TV, ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa.

Wybierz nagrodę i wyślij SMS z rozwiązaniem krzyżówki i kodem nagrody pod numer 7265, np. HA.MM.16.ROZWIĄZANIE.

Koszt wysłania 1 SMS-a to 2,46 zł z VAT.

Krzyżówka Nr 2 — TRUDNOŚĆ: ★★★★☆



NAGRODĘ Z NR. 11 WYGRAŁA: ZOFIA SŁOMKA, ŁĘCZYCA

ROZWIĄZANIE 2/16 → | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

1000 zł W GOTÓWCE

1 Pod numer 7265 treść SMS: HA.MR.16.ROZWIĄZANIE

Odkurzacz Electrolux Ergorapido

2 Pod numer 7265 treść SMS: HA.MT.16.ROZWIĄZANIE

Laptop ASUS Vivobook

3 Pod numer 7265 treść SMS: HA.MU.16.ROZWIĄZANIE

Nowy numer! Nowe nagrody!

Krzyżówka Nr 3 — TRUDNOŚĆ: ★★★★☆

500 zł W GOTÓWCE

1 Pod numer 7265 treść SMS: HA.MW.16.ROZWIĄZANIE

Gramofon MAC Audio TT

2 Pod numer 7265 treść SMS: HA.MY.16.ROZWIĄZANIE

Smartfon Manta Rocky 2

3 Pod numer 7265 treść SMS: HA.MZ.16.ROZWIĄZANIE

NAGRODĘ Z NR. 11 WYGRAŁ: MICHAŁ, OTWOCK

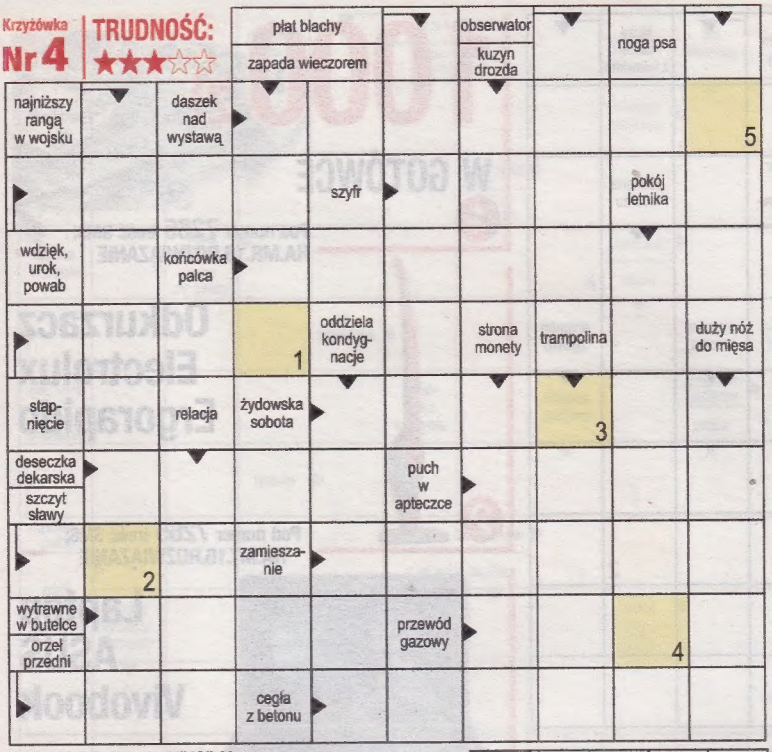
ROZWIĄZANIE 3/16 → | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

ROZWIĄZANIE KRZYŻÓWEK Z NUMERU 11: hasła: 1. KOBIETA, 2. BRODA, 3. WIDOK, 4. KOCUR.
Nazwiska laureatów i prawidłowe rozwiązania z bieżącego wydania podamy w numerze 21/2019.

→ KUPON STRONA 62

Wygrywaj z nami!

Krzyżówka Nr 4 | TRUDNOŚĆ: ★★★☆☆



NAGRODĘ Z NR. 11 WYGRAŁ: TOMASZ, BYTOM

ROZWIĄZANIE 4/16

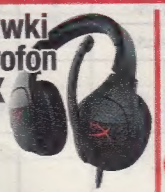
1	2	3	4	5

Nowa krzyżówka! Nowe nagrody!

200 zł W GOTÓWCE

1. Pod numer 7265 treść SMS: HA.NA.16.ROZWIĄZANIE

Sluchawki + mikrofon HyperX



2. Pod numer 7265 treść SMS: HA.NB.16.ROZWIĄZANIE

Toster Ariete Vintage

3. Pod numer 7265 treść SMS: HA.NC.16.ROZWIĄZANIE

Twój horoskop 19.04-25.04.2019

BARAN 21.03–19.04
Dobry tydzień na podejmowanie decyzji finansowych, rozmowy kwalifikacyjne albo negocjacje z szefem. Wszystko, co wymaga cierpliwości, będzie mogło przynieść pozytywny efekt. W miłości – brak gwałtownych emocji. Więcej?
SMS o treści BARAN pod numer 72622

BYK 20.04–22.05
Możesz poczuć pełną stabilizację. Zakotwiczyłeś już w układach, które są dla Ciebie bardzo korzystne. Bez problemu przekonasz otoczenie do swoich pomysłów. Wieczorami znajdź czas na herbatę z malinami i dobrą książkę. Więcej?
SMS o treści BYK pod numer 72622

BLIŹNIĘTA 23.05–21.06
Możesz liczyć na dużo pozytywnej energii. Poprawi się Twoje samopoczucie. Poczujesz też chęć udania się gdzieś daleko. I jeśli skończy się na spacerze do pobliskiego parku, to i tak przysporzy Ci to wiele radości. Więcej?
SMS o treści BLIŹNIĘTA pod numer 72622

RAK 22.06–22.07
Będziesz chodził z głową w chmurach. Masz szansę zrozumieć jakieś ważne zagadnienie. A być możesz rozwiążesz skomplikowany problem. Wśród nowych znajomych jest ktoś, kto zwrócił na Ciebie uwagę. Rozejrzyj się! Więcej?
SMS o treści RAK pod numer 72622

LEW 23.07–23.08
Nawiązane kontakty zawodowe lub biznesowe przyniosą korzyści. Umowy, kontakty, projekty – nabierzesz wiatru w żagle. Jednym słowem, powinno być stabilnie i spokojnie. Jeśli jesteś w związku, mogą pojawić się kłopoty. Więcej?
SMS o treści LEW pod numer 72622

PANNA 24.08–22.09
Przygotuj się na niespodziewane zwroty akcji. Na szczęście, jeśli masz jakiś dylemat, rozwiąże się on z korzyścią dla Ciebie. Ogarnie Cię beztroski nastrój. Zorganizuj niespodziankę dla przyjaciół. Niektóre Panny zakochają się. Więcej?
SMS o treści PANNA pod numer 72622

WAGA 23.09–22.10
Jeśli chcesz przeprowadzić jakąś poważną rozmowę, lepiej zastanów się, czy to odpowiedni moment. Całkiem możliwe, że nie czas na to lub po prostu nie masz sprecyzowanego celu. Dlatego nie stresuj się na darmo. Więcej?
SMS o treści WAGA pod numer 72622

SKORPION 23.10–21.11
Przed Tobą trudne dni w pracy. Twoje wysiłki okażą się mało efektywne. Odczujesz spadek formy, co jeszcze bardziej utrudni działania, a do tego niepotrzebnie wpędzi Cię w kompleksy. Zajmij się sprawami sercowymi. Więcej?
SMS o treści SKORPION pod numer 72622

STRZELEC 22.11–21.12
Ostatnie zamierzenia związane z karierą, finansami albo sprawami urzędowymi wymagają przemyślenia. Jeśli jesteś w związku, przeżyjesz cudowne chwile. A jeśli wciąż poszukujesz miłości życia, nie odmawiaj randek. Więcej?
SMS o treści STRZELEC pod numer 72622

KOZIOROŻEC 22.12–19.01
Nadchodzące dni zapowiadają się spokojnie. Twoje plany mają szansę na realizację. Dzięki temu możesz osiągnąć całkiem spore zyski. Jeśli przeżyłeś rozstanie, być może podświadomie dążysz do tego, by ocieplić swój wizerunek. Więcej?
SMS o treści KOZIOROŻEC pod numer 72622

WODNIK 20.01–18.02
Możesz liczyć na pomoc osoby, która uzna, że jesteś wizjonerem. Niestety, sam również musisz zaangażować się w ten projekt. Staniesz w obliczu trudnego wyboru, ponieważ najbliżsi też walczą o Twoją uwagę i czas. Więcej?
SMS o treści WODNIK pod numer 72622

RYBY 19.02–20.03
Ważne sprawy uda się doprowadzić do szczęśliwego końca. Powinna też nadejść długo oczekiwana wiadomość od bliskiej sercu osoby. Niewykluczone, że zadbasz o znajomości, które dawno wygasły. W weekend zaplanuj grilla. Więcej?
SMS o treści RYBY pod numer 72622

Masz dodatkowe pytania odnośnie swojego horoskopu? Wyślij sms pod numer 72622 o treści podanej przy Twoim znaku zodiaku.
Koszt sms 2,46zł (z VAT). Regulamin na stronie: regulaminy.pl/cz1

16 WYGRYWAJ Z NAMI! Kurier tv

KRZYŻÓWKA NR 1 | Wybieram nagrodę: 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐

1	2	3	4	5	6	7

KRZYŻÓWKA NR 2 | Wybieram nagrodę: 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐

1	2	3	4	5

KRZYŻÓWKA NR 3 | Wybieram nagrodę: 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐

1	2	3	4	5

KRZYŻÓWKA NR 4 | Wybieram nagrodę: 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐

1	2	3	4	5

Imię..... nazwisko .....

ulica, nr domu, nr lokalu .....

..... kod, miejscowość .....

poczta..... nr telefonu.....

Kupon należy wypełnić pismem drukowanym, wyciąć i wysłać na adres redakcji.

Administratorem danych osobowych jest Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o. Sp. k. z siedzibą w Warszawie (04-035) przy ul. Motorowej 1, tel. (22) 51 70 123. Dane osobowe Uczestników Krzyżówki będą przetwarzane w celu realizacji umowy przystąpienia do Krzyżówki, jej prawidłowego przeprowadzenia i wydania przyznanych nagród. Podstawą prawną jest art. 6 ust. 1 lit. b) RODO. Dane przetwarzane będą przez 6 lat.

Każdej osobie, która podała dane przysługuje prawo żądania dostępu do danych, ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania, a także prawo sprzeciwu wobec ich przetwarzania i wniesienia skargi do organu nadzorczego.

Przekazanie danych jest dobrowolne, lecz niezbędne do wzięcia udziału w Krzyżówce.

Termin nadsyłania rozwiązań: 28.04.2019. (Decyduje data stempla pocztowego.)
Adres redakcji: Magazyn Telewizyjny Kurier TV, ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa.

POWIETRZE

Przekonaj się, który z żywiołów w Tobie dominuje i jaki to ma wpływ na Twoje życie!

Wyślij swój ZNAK ZODIAKU (np. LEW) na 72622

Kurier tv
email: redakcja@kuriertv.pl

ADRES REDAKCJI: 04-035 Warszawa, ul. Motorowa 1, tel. (22) 51 70 164
Red. naczelna: Magda Adamcio.
Z-ca red. naczelnej: Krzysztof Lipka-Chudzik. **Zespół:** Monika Ustrycka (redaktor), Małgorzata Pokrycka (redaktor), Ilona Zawistowska, Magdalena Lipka-Kozanka, Monika Pawłowska (dział porad), Paweł Krężołek (kierownik artystyczny), Andrzej Głogowski (redaktor graficzny), Anna Kopeć (sekretariat), Marlena Skarżyńska (szefowa fotoedycji pism telewizyjnych), konkursy i krzyżówki: Małgorzata Grono, tel. (22) 517 06 73, **e-mail: konkursy@bauer.pl**.

BAUER MEDIA GROUP

Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o., Sp. k.
Prezes: Tomasz Namysł. **Wiceprezes zarządu:** Andrzej Choynowski
Członkowie zarządu: Sławomir Bandurski, Monika Krokiewicz, Marek Lasota.
Dyrektor wydawniczy: Małgorzata Walkowska-Geyderowicz.
Dyrektor produkcji: Piotr Orełko. **Dyrektor ds. Dystrybucji i Obsługi Klienta:** Piotr Ludwicki. **Product manager:** Justyna Hałas tel. (22) 517 05 57.
Reklama: 04-035 Warszawa, ul. Motorowa 1, Izabela Sarnecka (Dyrektor Biura Reklamy), Magdalena Rustecka (specjalista ds. reklamy), tel. 22 517 06 00; **www.reklama.bauer.pl**

PBC

Kolportaż: tel. (22) 51 70 210, fax: (22) 51 70 209 **DRUK:** Bauer Print Ciechanów Sp. z o.o., Sp.k.

COPYRIGHT: Wyd. Bauer jest członkiem Izby Wydawców Prasy, Związku Kontroli Dystrybucji Prasy i Polskich Badań Czytelnictwa. Rozpowszechnianie wszelkich materiałów redakcyjnych bez zgody Wydawcy jest zabronione. Za treść ogłoszeń redakcja ponosi odpowiedzialność w granicach wskazanych w ust. 2 art. 42 ustawy Prawo prasowe. Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w programie telewizyjnym wprowadzone przez stacje po oddaniu pisma do druku. Wydawca ostrzega P.T. Sprzedawców, że sprzedaż aktualnych i archiwalnych numerów czasopisma po innej cenie, niż wydrukowana na okładce, jest działaniem na szkodę Wydawcy i skutkuje odpowiedzialnością sądową. Regulamin konkursów i krzyżówek: **www.regulaminy.pl**

Przeżyła chwile GROZY, gdy ją napadli

To, co stało się 5 sekund później, WPRAWIŁO WSZYSTKICH W OSŁUPIENIE!

Pani Maria (73 L) z wnuczkiem Staszkiem

Codziennie setki osób w podeszłym wieku staje się ofiarami napadów i kradzieży na ulicach, a nawet we własnych domach. Do tej pory złodzieje byli przekonani, że bezbronni, starsi ludzie są łatwym celem. Wszystko zmieniło się dzięki temu niepozornemu urządzeniu, które pozwala natychmiast pozbyć się agresorów bez użycia siły. Pani Maria z Poznania przekonała się o tym na własnej skórze.

„Od ponad 50 lat mieszkam na poznańskiej Wildzie. To niebezpieczna okolica, więc już dawno nie chodzę sama po nocy. Ale nigdy nie myślałam, że w biały dzień może mi się przydarzyć coś takiego. Któregoś dnia odbierałam wnuczka ze szkoły. Staszek namówił mnie na drożdżówkę, więc poszliśmy na piechotę, zamiast jechać tramwajem jak zwykle. Jak tylko wyszliśmy z cukierni, podszedł do nas nieznajomy mężczyzna i wybełkotał: „Szefowo, daj 5 złotych na piwo!" Nie znoszę takich typów, więc nie zareagowałam i poszliśmy szybko dalej.

7-letni Staszek jest dumny ze swojej babci

Myślałam, że to koniec...

Jak tylko skręciliśmy za róg, znowu usłyszałam za sobą ten głos. Odwróciłam się i zobaczyłam, że jest ich dwóch. Zbliżali się szybko, wykrzykując przekleństwa i groźby. Strach mnie sparaliżował i stałam jak słup, zamiast krzyczeć o pomoc albo uciekać. No ale przecież i tak daleko bym nie dobiegła z moim biodrem i siedmiolatkiem przy boku. Tamci byli już na tyle blisko, że mogłam poczuć bijący od nich smród potu i alkoholu. Jeden z nich warknął ze złością: „Dawaj kasę, starucho!" i podszedł jeszcze bliżej.

W panice rozejrzałam się po pustym zaułku, ale nikogo nie było. Kiedy Staś zaczął bardzo płakać ze strachu, myślałam już tylko o tym, żeby nic mu się nie stało. Trzęsącymi się rękami zaczęłam sięgać do torebki. I wtedy mnie olśniło! Miałam tam przecież prezent od syna, tak mały, że prawie o nim zapomniałam. Zamiast portfela wyjęłam więc audioparalizator i natychmiast nacisnęłam guzik.

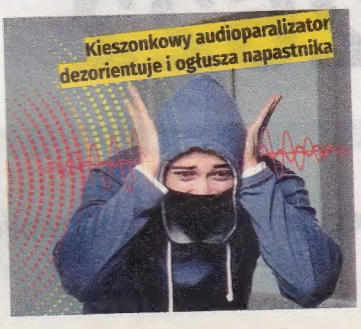
Nie jestem już bezbronna!

Efekt zaskoczył i mnie, i napastników. Rozległ się bardzo głośny, przenikliwy alarm, głośniejszy nawet niż w sklepie czy w samochodzie. Ogłuszeni złodzieje stanęli jak wryci i wodzili wokół ogłupiałym wzrokiem. Natychmiast zbiegli się ludzie i pytali, czy mi pomóc. Pojawił się też patrol. Zbiry trafiły do aresztu, a ja czuję się bezpiecznie na ulicy. Już nie muszę się bać i nie jestem bezbronna. Wnuczek nazywa mnie od tej pory Superbabcią".

Jak to się stało, że dwóch osiłków nie było w stanie okraść starszej kobiety?

Pani Maria użyła kieszonkowego audioparalizatora, który wykorzystuje technologię używaną do tej pory przez amerykańską policję i firmy ochroniarskie.

Metoda ta jest stosowana od lat, ale dopiero ostatnio postęp technologiczny pozwolił na miniaturyzację urządzenia o tak potężnym działaniu. Zostało ono zamknięte w małej obudowie wielkości breloka do kluczy, dzięki czemu można je nosić w kieszeni lub w torebce.



Kieszonkowy audioparalizator dezorientuje i ogłusza napastnika

REKLAMA

Najlepsza ochrona dla seniora

Odzyskaj poczucie BEZPIECZEŃSTWA

1 Wystarczy tylko sekunda

Czy chcesz poczuć się pewnie i bezpiecznie w swoim domu i na ulicy?

Czy chcesz skutecznie ochronić się przed napadem i kradzieżą?

Czy chcesz spać spokojnie, bo w razie potrzeby możesz błyskawicznie wezwać pomoc?

wzywanie pomocy
odstraszanie napastników
wykorzystuje element zaskoczenia
bezpieczeństwo mienia i mieszkania
100% skuteczny sygnał alarmowy
łatwość stosowania

Mimo niepozornych wymiarów, kieszonkowy audioparalizator **emituje wyjątkowo silną wiązkę fal dźwiękowych o głośności aż 130 decybeli.** Jest to moc porównywalna do odgłosów startującego odrzutowca lub kruszącego beton młota pneumatycznego. Ta potężna ściana dźwięku dezorientuje i paraliżuje napastników, a przy tym **jest w 100% bezpieczna dla Ciebie i osób postronnych.** Dźwięk natychmiast zwraca uwagę przechodniów lub sąsiadów, a także alarmuje odpowiednie służby, że jesteś w niebezpieczeństwie.

Jak działa kieszonkowy audioparalizator?

Wystarczy tylko wcisnąć przycisk, żeby błyskawicznie unieruchomić i odstraszyć napastników i jednocześnie wezwać pomoc. Nie musisz się martwić, że w stresie i strachu nie będziesz w stanie włączyć alarmu. Bez problemu wyczujesz przycisk palcem, nawet bez patrzenia na urządzenie.

Zaawansowana technologia generuje falę dźwiękową ukierunkowaną wprost na napastnika. Oddziałuje ona bezpośrednio na receptory nerwowe w mózgu i blokuje przepływ informacji między neuronami. Modulowany dźwięk **wywołuje u agresora dezorientację, osłupienie i panikę, a także chwilowy paraliż ruchowy.** Nie jest on w stanie podejść bliżej ani wykonać żadnych gwałtownych ruchów. W tym czasie pojawiają się przechodnie lub sąsiedzi, a także patrol policji lub straży miejskiej. Napastnicy zostają unieszkodliwieni, a Ty jesteś bezpieczny.

„Od 15 lat jestem szefem agencji ochroniarskiej. Mogę zaświadczyć, że kieszonkowy audioparalizator to najbardziej skuteczne i bezpieczne urządzenie dla każdego seniora. Dzięki niemu uchronicie się Państwo przed kradzieżą pieniędzy czy torebki, napaścią na ulicy lub włamaniem do mieszkania. Będziecie mogli czuć się bezpiecznie nawet po zmroku. Urządzenie pozwoli także zaalarmować otoczenie o niebezpieczeństwie oraz przywoła odpowiednie służby. To prawdziwy przełom w ochronie osobistej!" **Tomasz K.**

Nie musisz się już bać kradzieży czy napadu

Kieszonkowy audioparalizator stanowi tarczę ochronną, którą zawsze może uruchomić w przypadku niebezpieczeństwa. Nie musisz być siłaczem czy okazem zdrowia, żeby pokonać i odstraszyć napastników. Dzięki temu urządzeniu **zawsze będziesz czuć się bezpiecznie, nawet w odludnej okolicy czy zmroku.** Możesz przestać się bać, bo zawsze będziesz w stanie obronić siebie i swoich najbliższych przed napadem lub kradzieżą.

Potwierdzona skuteczność

Kieszonkowy audioparalizator został sprawdzony w praktyce przez agencje ochroniarskie w USA. Testy wykazały **99% skuteczności w odstraszaniu i unieszkodliwianiu nawet najgroźniejszych napastników.** Urządzenie to obecnie używa przez ponad 2 miliony Amerykanów w wieku senioralnym, którzy skutecznie bronią się przed kradzieżami i napadami. Teraz jest już dostępne w Polsce, ale nie kupisz go w żadnym sklepie. Kieszonkowy audioparalizator można otrzymać wyłącznie w telefonicznej sprzedaży klubu rabatowego. Jeśli masz obywatelstwo polskie i urodziłeś się po 1935 roku, przysługuje Ci refundacji.

Odbierz kieszonkowy audioparalizator i zyskaj niezawodną ochronę już dziś!

Refundacja w wysokości **70%** dla pierwszych 150 osób, które zadzwonią do **26 kwietnia 2019 r.** Zadzwoń, a otrzymasz audioparalizator o wartości ~~323 zł~~ **za jedyne 97 zł** za udział w klubie rabatowym!

Tel: 94 710 80 60

Pon.–pt. 9:00–18:00, sob. i niedz. 10:00–14:00 (Zwykłe połączenie lokalne bez dodatkowych opłat)

SZCZĘŚCIARZ czy PECHOWIEC?

Czy masz szczęście do gier liczbowych?

Może to dobry moment aby wysłać kupon ;)

Wróżka odpowie, czy masz szanse zostać milionerem.

Wyślij sms o treści **LOS**

na nr **72622**

Koszt SMS-a 2,46zł z VAT. Regulamin: regulaminy.pl/cz1